நான்

உளவியல் சஞ்சிகை

போரின் வடுக்கள்

இதழ் 02
மலர் 24

சித்திரை-ஆனி 98

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மலர்: 24 இதழ்: 2
சித்திரை - ஆனி 1998

நான்

உளவியல் சஞ்சிகை

ஆசிரியர்:
S. எட்வின் வசந்தராஜா
O.M.I., B.Th

இணை ஆசிரியர்:
ஜீவனதாஸ் பெர்ணான்டோ
O.M.I., B.A.

நிர்வாகக்குழு:
அ.ம.தி. இறையியல் மாணவர்கள்.
ஜோசப்பாலா.

அட்டைப்பட ஓவியம்;
M, டொமினிக் ஜீவா

ஆலோசகர்கள்:
டேமியன் O.M.I, M.A.
செல்வரட்ணம் O.M.I, Ph.D.
ஜீவாபோல் O.M.I, M.Phil
டானியல் O.M.I, M.A.

போரின் தாக்கங்களும்
தீர்வுக்கான சில வழிகளும்
இருபா

போரின் கொடுமுகத்தில்
உயிரோடு சாதல்
கலாநிதி. என். சண்முகலிங்கன்

பரீட்சைகளில் எவ்வாறு
வெற்றி கொள்வது?
மத்தியாஸ் ஜெயேந்திரன்

வாசகர் பூங்கா

காலக்கண்ணாடி (சிறுகதை)
ஆனந்தி செந்தில்

ஆசிரியரின் தோற்றப்பாடுகள்
திருமதி பி. எவ். சின்னத்துரை

சொல்லோவியம் - 5

மனதை வழிப்படுத்துவீர்
(கவிதை) ஏ. பி. வி. கோமஸ்

போரின் வடுக்களும் சமூகமும்
கோகிலா மகேந்திரன்

குடும்ப உறவுகளைச்
சீர் குலைக்கும் போர்
எஸ். ஜே. இராஜநாயகம்

கருத்துக்குவியல் - 75

நேர்காணல்

பல்சுவைக் கலசம்

தொடர்பு:

'நான்' ஆசிரியர்,
சுவாமியார் வீதி,
கொழும்புத்துறை,
யாழ்ப்பாணம்.

ஆண்டுச் சந்தா ரூ 50-00
(தபால் செலவுடன்)
தனிப்பிரதி ரூ 12-00

ஆளுமைக்கு ஓர் அத்திவாரம்

நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் போரானது எம்மத்தியில் பாதுகாப்பற்ற உணர்வை, பய உணர்ச்சியை, உடல், உடமை இழப்புக்களை, அங்கவீனங்களை, அகதி வாழ்க்கையை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

இந்த அவல நிலைகள் எம்மில் உடல் உள வடுக்களை தோற்றுவித்துள்ளன. ஆயினும் நாம் உடல் சம்பந்தமான வடுக்கள் மீதுதான் அதிக அக்கறை கொண்டுள்ளோம். அதேவேளை உள சம்பந்தமான வடுக்களை குணப்படுத்த எடுக்கும் முயற்சிகள் மிகவும் குறைவாகவே காணப்படுகின்றன.

உடலும் உளமும் ஒன்றோடொன்று தொடர்பு பட்டவை. தனிமைப்படுத்தி வேறுபடுத்த இயலாதவை. உடலிலேற்படும் தாக்கம் உளத்திலும், உளத்தில் ஏற்படும் தாக்கம் உடலிலும் பிரதிபலிப்பது தவிர்க்க முடியாததொன்று.

இவ்வடுக்கள் தனிமனிதனில் செயற்பாட்டு வீழ்ச்சியையும், குடும்பத்தில் உறவுச் சிக்கலையும், சமூகத்தில் விரோத செயற்பாடுகளையும் எற்படுத்தி எமது இன்றைய, எதிர்கால சந்ததியினரின் உள ஆரோக்கியத்திற்கு பிரச்சனைகளை தோற்றுவிக்கும் வலுவான சக்தியாக உருவெடுத்துள்ளது.

இப்படிப்பட்ட வடுக்களிலிருந்து மீள உடல், உள வடுக்களை எப்படி எதிர் கொள்வது? எவ்வாறு குணமாக்குவது எப்படித் தவிர்த்துக் கொள்வது? என்பதை அறிந்திருத்தல் எமக்கு நன்மை பயக்கும்.

இவ்வாறு உடல், உளம் இரண்டையும் ஆரோக்கியமாக பேணி ஒரு முழுமையான ஆளுமைக்கு அத்திவாரம் இடுவோம்.

ஆ-ர்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

போரின் தாக்கங்களும், தீர்வுக்கான சில வழிகளும்.

[illegible] —

போரின் பெறுபேறாக ஏற்பட்டவைகளைவிட இன்னமும் அநேகர் அநுபவித்துக்கொண்டிருக்கின்றனர். போரினது தாக்கங்கள் தாக்கப்படுவோரின் வயது, ஆளுமை, தாக்கத்தின் தன்மை, அநுபவம் ஆகியவற்றில் தங்கியுள்ளன. போரின் தாக்கங்களை இருவகையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. நேரில் கண்டறியக் கூடிய தாக்கம்.
2. நேரில் காணமுடியாத அகத்தைப் பாதிக்கும் தாக்கம்.

நேரில் கண்டறியக் கூடிய தாக்கம்

போரின் பொது விளைவுகளான உயிரிழப்பு, உடமையிழப்பு, அவயவ இழப்பு, காணாமல் போதல், இடப்பெயர்வு போன்றனவாகும்.

நேரில் காண முடியாத அகத்தைப் பாதிக்கும் தாக்கம்

மேற்கூறிய தாக்கத்தின் விளைவாக உடனடியான மனித நடத்தை வெளிப்பாட்டையோ, அல்லது நாட்பட்ட வெளிப்பாட்டையோ கூறலாம். உதா. ஒரு சம்பவத்தைக் காணும் ஒருவர் அலறுதல், அழுதல், பயப்படுதல் போன்ற செயற்பாட்டைக் காட்டும் போது அது உடனடி வெளிப்பாடாகக் கருதப்படும்.

சம்பவம் நடைபெற்று சில நாட்களின் பின்னோ, அல்லது பல வருடங்களின் பின்னரோ தோன்றும் வெளிப்பாட்டு நோய்கள், பதட்டம், நித்திரைக்குறைவு, இரத்த அழுத்தம் போன்றவை நாட்பட்ட வெளிப்பாடாகக் கருதலாம்.

மேலே உடனடியாகக் கண்டறியக் கூடிய தாக்கங்களை இலகுவாகக் கண்டறியக் கூடியபோதிலும், அகத்தைப் பாதிக்கும் விளைவாகத் தோன்றும் வெளிப்பாடுகளைக் கண்டறிவது கடினமானதே. இவ்விதமான அகத்தாக்கத்தின் வெளிப்பாடுகளைக் கண்டறிவது மிக உன்னிப்பாக அமைந்திருக்க வேண்டும்.

இவ்வாறான வெளிப்பாடுகளை எவ்வாறு இனங்கண்டுகொள்வது பற்றி சற்று நோக்குவோம்.

1. அதுவரை உடலியல்ரீதியான தாக்கத்தை/ மனரீதியான தாக்கத்தை இனங்காணல்.
2. உடலியல்ரீதியான தாக்கமா, மனக் கட்டுப்பாடு குறைந்த மனநோய் அறிகுறியா நாடல்.
3. உடல் தாக்கம் அற்றநிலையில் எவ்வாறான நேரங்களில்/ குறிப்பிட்ட காலங்களில் வருத்தமான நடத்தைகள் ஏற்படுகின்றன என்பதை அவதானித்தல்.
4. இவ்வாறான தாக்கம் ஏற்படுமேயானால், அதற்கு முன்னர் நடைபெற்ற சம்பவத்தை, நபர்களை அவதானித்தல்.
5. இவ்வாறான அறிகுறிகளுக்கு/ நபருக்கு ஏற்கத் தக்க ஆய்வு நடைபெற்ற சம்பவத்தை/ நபரைத் தொடர்புபடுத்தி ஆராய்ந்து சம்பவத்தை இனங்காணல்.

இவையே உங்கள் தாக்கத்திற்குக் காரணமாக அமையலாம்.

இப் பகுதியைப் பொறுப்பேற்ற விருப்புள்ளவர் ஏனையோரைத் தவிர்த்திலாமல் வேறு நபரின் உதவியுடன் செய்வது நல்லது. இந் நபர் உங்கள் உறவினராகவோ நண்பராகவோ, உளவளத்துணையாளராகவோ இருக்கலாம்.

தாக்கத்தைக் குறைப்பதற்கான வழிமுறைகள்.

※ சம்பவத்தை இயன்றளவு விபரிப்பதற்கு உதவுதல்.
※ தாக்கத்தை முழுமையாக வெளிப்படுத்த உதவுதல்.
※ இழப்புக்கள், துன்பங்களுக்காக வருந்தி அழ விடுதல்.
※ இறந்தவரது சடலைப்பார்க்க/ தொட அனுமதித்தல்.
※ கோபத்தை ஆரோக்கியமான முறையில் வெளிப்படுத்த அனுமதித்தல்.
※ பிறரால் அவரது தாக்கத்தினை, பிரச்சினைகளை விளங்குதல்.
※ அவர்களது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த கடிதம் ஆரம்பத்துக் கொடுத்தல் படம் சித்திரம் வரைதல், உரையாடுதல், தொகுத்தல், அழுதல்.
※ அவர்களது நம்பிக்கையை, நடைமுறையை மதித்து நடந்துகாட்டல்.

போன்ற செயல்முறைகளினூடு தாக்கத்தின் அளவைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

போரின் கொடு முகத்தில் உயிரோடு சாதல்

[illegible]

கலாநிதி என். சண்முகலிங்கன்

[illegible]

ஆனால்! உயிரோடு சாதல்

[illegible]

[illegible]

நீரச் சுதந்த மட்டுமல்ல; தீயவென அங்கவீனமுற் றவர்க்கு ஆதரவு காட்ட வந்த உறவுகளாகவே சகலராலும் கருதப்பட்டவன்.

'நாங்க அருணாகோஷ்டி பாக்கப்போறம் உனக்கு கால் எனாது நாளே!

''நாங்கள் அகலத்திலைக்கு போட்டோறம், நீ இந்த வெங்காயத்தை உரித்து வை''

வீட்டுக்குள் இருண்டுபோயிருந்தது அந்தச் சிறுவன் வாழ்வு. ஒரு நாள் அவன் பொழுது விடிந்தது, ஜெய்ப்பூர் செயற்கை கால் வழங்கும் தொண்டர் நிறுவனத்தில்.

தன் தாய் தந்தையின் அன்பை, இழந்துபோன தன் வாழ்வை மீளக் கண்ட மகிழ்ச்சியால் அழுதுவிட்டான் அந்தச் சிறுவன்.

வாழ்வில் இழந்தவற்கு நம்பிக்கை தந்தது ஜெய்ப்பூர் கால் வழங்கும் திட்டம். இன்று மேலுமொரு பணிக்கட்டம் பெறுகிறான். இவனைப்போல ஆயிரமாயிரம் உள்ளங்களுக்கு நம்பிக்கை ஒளியைத் தரும் ஜெய்ப்பூர் நிறுவனம், உண்மையிலே பேர் அவலக் காலத்து வாய்ப்புக் கொடுத்தான். இந்த அமைப்பின் சமூக பணியாளர்கள் அனைவருக்கும் சமூகம் கடமைப்பட்டுள்ளதாக இருக்கவேண்டும்.

ஜெய்ப்பூர் கால் உதவியுடன் இன்று நம் வாழ்வுபோரான நடமாட்டமுள்ளதாக திரும்பியவர்கள் பலர். மகத்தின் நடையும், ஆடிப்பாடவும் கூட முடிகிறது.

அனைத்துக்கும் அப்பால்பாரான மன உறுதியும் வழிகாட்டலும் கிடைக்கும்போது அங்கத்திலே ஒரு குறைபாடிருந்தாலும், அன்பு நிறைவுடையோர்! என்பது யதார்த்தமாகிறது.

போரின் கொடுமைகளில் கண்களை, கால்களை, கைகளை இழந்து போகும் மனிதர்களின் கவலைகளை நாடுகின்ற தொண்டர் அமைப்புக்களை போற்றுவோம்.

அதேவேளை, 'இன்றும் இன்னும் பலபேரை அங்கவீனராக்குவோம்' என்று கங்கணம் கட்டி நிற்கும் கொடிய வேலிகளை முழுமையாகக் கொண்டு வரும் முறைமைகளின் உறுதியுடன் இணைந்திருப்போம். போர்வழி நாச காலம் என்ற காலமடைந்த வாய்ப்பாட்டின் அர்த்தமில்லாமையை உணர்ந்து, நியாயத்தோர் வாழ்வினை அனைவரும் காண உழைப்போம்.

மடல்பூங்கா

நல்வழிகாட்டி

உளவியல் என்பதால் படிப்பதில் ஒரு பாடம்தான் என்பதை மாற்றி வாழ்வில் வழிகாட்டியாய் கதை, கவிதை, கட்டுரை, அனுபவங்களாய் குறிப்புகளில் எல்லோரும் படிக்கு வகையில் உளவியல் அறிவினை ஊட்டி வருடன் பல புதிய படைப்பாளிகளையும் அறிமுகப்படுத்தி உள ஆற்றல் ஆறுதலை ஊட்டிவிக்கும் நல்வழி காட்டி உன் இளமைக் காலத்தில் 25 வது ஆண்டில் கால் பதிக்கும் நானே வாழி

R. ரஜினி
கிளாபம்

எங்கும் கிடைக்கவேண்டும்

'நானின்' வருகை நலிவுற்ற யாழ்ப்பாணத்தில் வாழ்வில் ஓர் உளக நிடந்தியை எதிர்காலத்தில் வகிக்கும். தரமான கட்டுரைகள் நலிவுற்ற மக்களுக்கான ஆதாரத்தமான நூலகங்களிலும் கிடைக்கவேண்டும் என்பது என் பேரவா. இவ்விதழ் மனமதிற் அமைதி மடக்குடியதும் உற்சாகத்தினை தரக்கூடியதுமான கட்டுரைகளை எதிர்பார்த்து நிற்கும் சாசனி.

திருமதி. பே. புவனிதரன்
யாழ்ப்பாணம்

வாழ்த்துகிறேன்

படித்தவர், பாமரர், மருத்துவர், மனநலவியலாளர் யாவரும் புரிந்திடும் விதம் ''நான்'' தரும் செய்திகள் எம் மனங்களில் புது புது வடிவம் பெற்று 25 வருடங்கள், பலமான சிறப்புடன் வளர்ந்திருப்பதை வாழ்த்துகிறேன்.

சி. மரியதம்பி
வருணையூர்க்குச

சிந்திக்கச் செய்யும்

நாடு அமைதியற்றதாக மிகவும் அமைதியற்றதாக உள்ள காலத்தில் கூடுதலாக பெருகும் போக்கிற்கான வாசிப்பு ஊடகங்களையே மக்கள் நாடுவர். ஆனால் இன்று எமது நாடு போர்க்கால சூழலில் சிக்கித்தவித்திட்ட நிலையில் இருந்து முன்னேறத் துடிக்கும் சமுதாயத்தினரைக் கொண்டு வளர்வதால் அவர்களுக்கு ஏற்ற வகையில் உளவியல் ரீதியான கட்டுரைகளைக் கொண்டு வெளிவரும் 'நான்' என்னும் சஞ்சிகை மிகவும் வரவேற்கத்தக்கதாக அமைந்துள்ளது. உளவியல் ரீதியில் மக்களைச் சிந்திக்கச் செய்து மனம் திருந்தி, அமைதி பெற வழிதரும் வேண்டிய வகையில் எழுத்தாக்கங்களைக் கொண்டு மென்மேலும் 'நான்' என்னும் இச்சஞ்சிகை வளர எனது மனம் கனிந்த வாழ்த்துக்களைச் சமர்ப்பிக்கின்றேன்.

செல்வி. கடநூர்ஜா
யாழ் வைத்தீஸ்வராக்கல்லூரி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பரீட்சைகளில் எவ்வாறு வெற்றி கொள்வது?

மதிவதனி ஜெயேந்திரன்
நல்லூர்.

ஒவ்வொருவரினதும் வாழ்விலே மாணவப் பருவம் ஒரு முக்கிய மான பருவமாகும். இந்த மாணவப் பருவம்தான் ஒரு மாணவனை நாட்டுக்கு நற்பிரசையாக்குவதும் அவனைத் தீய வழியில் இட்டுச் செல்வதுமாகும். ஒருவன் தன் மாணவப் பருவத்தைச் சரியான முறை யில் பயன்படுத்தினானாயின் அவன் தன் எதிர்காலத்தை நம்பிக்கை யுடன் எதிர்கொள்கிறான் என்று கொள்ளப்படும். அதேபோன்றே கல்வியை ஒரு சுமையாகக் கருதாமல் முதலிடமாகக் கருதுவதானது காரியம் நம்பிக்கை. மேலும் நினைவூட்டுவதில் அச்சமும் எனவே தான் மாணவப் பருவத்தில் அதிகரித்தோ, அதிகமாகவோ விடும் ஒவ் வொரு தவறும் அவனது எதிர்காலத்தை பாதிக்கின்றது என்பதைத் தற்போது கல்வி கற்றுக்கொண்டிருக்கும் மாணவர்கள் மனதிற் கொண்டு செயற்படுதல் வேண்டும்.

"அவன் நன்றாகக் கஷ்டப்பட்டுப் படிக்கிறவன் ஆனால் பரீட் சைகளில் நல்ல பெறுபேறுகளைப் பெறுகிறானில்லை" எனப் பலர் கூறு வதை நாம் நமது நாளாந்த வாழ்வில் கேள்விப்பட்டிருக்கின்றோம். இத்தகைய நிலைமைக்கு பல காரணங்கள் உண்டு. (1) கற்றதை ஞாபகத்தில் வைத்திருக்காமை, (2) கற்றதை எவ்வாறு பரீட்சையில் பிரயோகிப்பது என்பதை அறியாமை (3) பரீட்சை வினாவை எந்த அடிப்படையில் அணுகுவது? எவ்வாறு பதில் எழுதத் தொடங்குவது? முதலியன. ஆகியவை (4) பரீட்சை வினாவில் பரீட்சகர் பரீட்சார்த்தி யிடம் எதை எதிர்பார்க்கிறார் என்பதை தெரிந்து கொள்ளாமை. எனவே ஒரு மாணவன் பரீட்சையில் வெற்றியடைவதற்கு அவன் எவ்வளவு கற்கின்றான் என்பதல்ல, தான் கற்றதை எவ்வாறு பிர யோகிக்கின்றான் என்பதில்தான் அடங்கியுள்ளது. எனவே ஒவ் வொரு மாணவனும் தான் கற்றதை ஞாபகத்தில் இருத்தி அதை எவ்வாறு பிரயோகிப்பது என்பதை அறிந்து வைத்திருப்பது சிறந்த பெறுபேறுகளைப் பெற இன்றியமையாததாகும். அந்த வகையில் இக் கட்டுரை மாணவர்களுக்குப் பயன்தரக்கூடிய விடயங்களைப்பற்றி ஆராய முனைகின்றது.

அகச்சூழலும் புறச்சூழலும்

ஒருவன் கல்வி கற்பதை இரண்டு காரணிகள் பெரிதும் நிர்ணயிக் கின்றன.

அகச்சூழல் எனும்போது கல்வி கற்போரின் மனநிலை, விருப்பம், மனதை ஒருமுகப்படுத்தும் தன்மை உடல்நிலை போன்ற காரணி கள் அடங்குகின்றன. கல்வி கற்கும் மாணவர்களைப் பொறுத்த மட்டில் மனதை ஒருமுகப்படுத்தல் (Concentration) என்பது மிகவும் அவசியமான தொன்று. இது பல மாணவர்களைப் பொறுத்தவரை மிகச் சவாலானதாகவே அமைந்து விடுகிறது. எனினும் நாளாந் தம் செய்யும் சில சாதக வழிமுறைகளால் இதனை இலகுவானதாக் கிக் கொள்ளலாம். புறச்சூழல் என்பதினுள் கல்வி கற்கும் சுற்றாடல், பாடம் படிக்கும் இடம், ஏனைய பௌதிக வசதிகள் என்பன அடங்கு கின்றன. இவை கற்பதற்கு சில அடிப்படை வசதிகளாகவும் இருக் கின்றன. அவை பின்வருமாறு.

1) காற்றோட்டமுள்ள, அமைதியான ஒரு இடம்.
2) சிறந்த வெளிச்சம்.
3) படிப்பதற்கு வசதியுடைய மேசை, நாற்காலி.

மேலே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது போல் கல்வி கற்க ஒருவனது புறச் சூழல் எவ்வளவுதான் பக்குவமானதாக இருந்தாலும் அவனது அகச் சூழல் திருப்திகரமாக இருந்தால் மட்டும், பாடநூல் என்பவை சாத்தியமாகிவிடுகிறது. ஆதலால் படிக்கும் அறையினுள் செல்லும்போது வெறுப்புடனோ, அல்லது போலத்தலையிடி என்பவற்றை ஏற்படுத்திக்கொள்ளக்கூடாது. மனதைப் படிக்கும் அறையினுள் சுவர் களில் மனதிற்குகந்த படங்களைத் தொங்கவிடுவதனாலும், நல்ல மணம் தரும் வாசனைப் பூக்களினால் நிரப்பி சுகந்த வாசனையை எடுப் பதனாலும் படிப்பதற்கேற்ற ஒரு புத்துணர்ச்சி நிலையை ஏற் படுத்திக் கொள்ளலாம். அத்துடன் அகச்சூழலில் மிக முக்கியமான தாகக் கருதப்படும் மனதை ஒருமுகப்படுத்தும் தன்மையும் சிறந்த வழி தனிப்பட்ட தியானத்தில் ஈடுபடுவதாகும். மனனம் செய்யப் பட்ட மந்திரங்களை கூறுவதற்குப் பயிற்சிகள் வழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளல் சிறந்த பலனைத் தரும்.

தன்னம்பிக்கையை ஏற்படுத்தல்

மாணவன் எந்தவொரு பாடத்தையும் படிப்பதற்கு முன்பு அக் குறிப்பிட்ட பாடத்தின் விருப்பத்தை ஏற்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். 'இப் பாடத்தைக் கற்க என்னால் முடியாது' என்று ஒருபோதும்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நினைக்கக்கூடாது. இவ்வாறு நினைப்பது உளவியல் ரீதியாகவே இப்பாடத்தைக் கற்பதைக் கடினமாக்கிவிடும். எனவே எந்தவொரு பாடத்தையும் என்னால் கற்றுக்கொள்ள முடியும், பரீட்சையில் இப்பாடத்தைச் சிறந்தமுறையில் என்னால் எதிர்கொள்ள முடியும்" என்ற தன்னம்பிக்கையை மனதில் ஏற்படுத்திக்கொள்ளல் வேண்டும். தன்னம்பிக்கையை ஏற்படுத்துதல் பாடவிடயங்களில் மட்டுமல்ல ஒவ்வொருவரினதும் தனிப்பட்ட வாழ்விலும் ஏற்படுத்திக்கொள்ள வேண்டிய இன்றியமையாததொன்றாகும்.

நேரசூசியை அமைத்தல்

மாணவன் தன் பாடங்களைப் படிப்பதற்கு முன்னர், நாளாந்தம் படிக்கக்கூடிய வகையில் ஒருநேர சூசியை அமைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்த நேர சூசியை இயன்றவரை முறையாகவும், ஒழுங்காகவும் பின்பற்ற முயற்சிக்க வேண்டும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு மாணவனும் தனது வசதிக்கேற்ப நாளாந்தம் பாடங்களை சாத்தியமாக்கும் நேரசூசியை அமைக்கலாம். இங்கு முக்கியமான விடயம் என்னவெனில் நேரசூசியை அமைப்பது அல்ல. மாறாக அதனை முறையாக அமுல்படுத்துவதேயாகும்.

மாணவர்களைப் பொறுத்து 2 வகையான இயல்புகளைக் கொண்ட மாணவர்களை அவதானிக்கலாம்;

1. நாளாந்தம் பாடங்களைப் பயிற்சிசெய்து கற்பவர்கள்
2. பரீட்சையை அடிப்படையாகக்கொண்டு பரீட்சைக்கு ஒரு சில மாதங்களுக்கு முன்பு கற்பவர்கள்.

மாணவர்களில் பெரும்பான்மையினர் இரண்டாவது பிரிவுக்குள்ளேயே அடங்குகின்றனர். அதனால் இவர்கள் பொது பரீட்சைக்கு முன்னர் கடுமையான பயிற்சி எடுத்தே தம்மைப் பரீட்சைக்கு ஆயத்தப்படுத்தவேண்டிய தேவை ஏற்படுகிறது. இது சில வேளைகளில் பரீட்சைக்கு முன்னரே உடல்நலக் குறைவிற்குக் காரணமாகி இறுதியில் பரீட்சைக்குத் தோற்றமுடியாத ஒரு துர்ப்பாக்கிய நிலையை ஏற்படுத்தி விடும். மாறாக நாளாந்தப் பயிற்சியுடன், பாடங்களைக் கற்பவர்கள் பரீட்சை நெருங்கும்போது ஓய்வாகப் படிக்கமுடிவதுடன் பரீட்சையையும் திறமையாகச் செய்ய முடியும். எனவே தான் மாணவர்களுக்கு நாளாந்தப் பயிற்சியுடன் கூடிய கல்வி கற்றல் அவர்களது உடல்நலனிற்கு எதுவித பாதிப்பையும் ஏற்படுத்தாது தேர்வுப் பரீட்சைகளிலும் வெற்றி பெறச் செய்யக் கூடியதொன்றாகும்.

அடிக்குறிப்புக்களை எடுத்தல்

மேலும் பாடங்களைக் கற்கும்வேளையில் அடிக்குறிப்புக்களைக் குறித்து வைத்தல் மிகவும் உதவியாக இருக்கும். பாடங்களிலுள்ள முழுக் குறிப்புக்களையும் மீண்டும் மீண்டும் படிக்க நீண்ட நேரம் எடுக்கலாம். அத்துடன் அந்தக் குறிப்புக்களிலுள்ள முக்கியமான விடயத்தை மாணவர்கள் சில வேளைகளில் பரீட்சைகளில் எழுதத் தவறிவிடலாம். எனவே அடிக்குறிப்பு முக்கியமான விடயங்களை உள்ளடக்கியதாக இருந்தால் படிக்கும் நேரத்தை மீதப்படுத்துவதோடு விடை எழுதும் போதும் முக்கியமான விடயங்கள் விடுபட்டுப் போவதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

மனனம் செய்தல்

பாடங்களை மனனம் செய்வதற்கும், அவற்றை ஞாபகத்திற்குக் கொண்டுவருவதற்கும் எத்தகைய வழிமுறைகளைக் கையாளலாம் என்பதை நோக்குவோம். பாடங்களை மனனம் செய்யும்போது மேலோட்டமாக மனனம் செய்யாமல் அவற்றிற்கிடையில் ஒரு தொடர்பினை ஏற்படுத்தி மனனம் செய்தால் இலகுவில் ஞாபகத்திற்குக் கொண்டுவருவதற்குச் சுலபமாக அமையும்.

அத்துடன் பாடங்களைக் கற்கும்போது ஒரு ஒழுங்கு முறையில் கற்றுக் கொண்டால் அவற்றை ஞாபகத்தில் வைத்திருப்பது மிகவும் சுலபமாகும்.

மேலும் மனனம் செய்வதற்கு இன்னுமொரு வழியாக, மனனம் செய்ய வேண்டிய குறிப்பிட்ட விடயத்தைப் பாடல் வரிகளாக அமைத்து, விரும்பிய இராகத்தில் பாடிக் கொள்ளலாம். ஏனெனில் வசனங்களைப் பாடமாக்குவதைவிடப் பாடல்களை மனனம் செய்தல் பொதுவாக எல்லோருக்கும் இலகுவாக அமைகிறது. இவ்வாறு பாடங்களை மனனம் செய்து ஞாபகத்தில் வைத்திருக்க, மேற்கொள்ளக் கூடிய வழிமுறைகள் சில தரப்படுகின்றன.

1) கற்ற பாடங்களை உடனுக்குடன் மீள நினைவிற்குக் கொண்டு வருதல். (Recall)

2) கற்றதை சக மாணவர்களுக்குக் கற்பித்தல்.

3) குழுவாகச் சேர்ந்து கலந்துரையாடுதல்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ரசித்தல்

அடுத்ததாகப் பரீட்சை நெருங்கும் வேளையில், பரீட்சையை நோக்கிப் படிக்கும் மாணவர்களைப் பொறுத்து சிறந்த முறையில் பாடங்களைக் கிரகித்துக் கொள்ளச் சில வழிமுறைகளை மேற்கொள்ளலாம். அவையாவன:

1) நேரசூசிக்கேற்ப பாடங்களை ஒழுங்குபடுத்தல்.
2) தொடர்ச்சியாகப் பாடங்களைக் கற்காது இடையிடையே ஓய்வெடுத்தல். (ஓய்வு நேரங்களில் மெல்லிசை கேட்டல் நகைச்சுவைத் துணுக்குகள் வாசித்தல், நண்பர்களுடன் உரையாடல் போன்றவற்றில் ஈடுபடலாம்)
3) நேரத்தைக் கவனத்திற்கொண்டு கடந்தகாலப் பரீட்சை வினாக்களுக்கு விடையளித்துப் பழகுதல்.

அடுத்து பரீட்சை மண்டபத்தில் மாணவர்கள் எவ்வாறு வினாக்களைத் தெரிவு செய்து விடையளிக்க வேண்டும்? என்பது பற்றி நோக்குவோம். ஒருவனது பரீட்சை வெற்றி தனித்துத் திறமையாகப் படிப்பதில் மட்டுமல்லாது வேறு சில வழி முறைகளிலும் தங்கியுள்ளது. அவ்வாறு கவனிக்கப்பட வேண்டிய வழிமுறைகள் சில கீழே தரப்படுகின்றன:

1) விடை எழுதுமுன் முதல் 5 நிமிடங்களுக்கு வினாக்கள் யாவற்றையும் வாசித்தல்.
2. இலகுவாக விடை எழுதக் கூடிய வினாக்களை ஒழுங்குபடுத்தல்
3. விடை எழுதுவதற்குரிய நேரத்தைக் கணிப்பிடல்.
4. வினாக்களின் தன்மைகளுக்கேற்ப விடை அளித்தல்.
5. விடைகளை மீள ஒரு முறை சரிபார்த்தல்.

இறுதியாக மாணவர்களின் வெற்றி அவர்களின் கைகளிலேயே தங்கியுள்ளது எனலாம். ஏனென்றால் மாணவர்கள் தமது நேரத்தை எவ்வாறு சிறந்த முறையாகப் பயன்படுத்துகிறார்களோ அவ்வாறே அவர்களது பரீட்சை முடிவுகளும் அமையும். தனித்துப் படித்து விட்டால் மட்டும் அவர்களது வெற்றி நிச்சயப்படுத்தப்பட்டு விட்டதென்பது அர்த்தமல்ல. மாறாகப் படித்ததை ஞாபகத்தில் இருத்தி அதனை உரிய இடத்தில், உரிய விதமாகப் பிரயோகிப்பதிலேயே தங்கியுள்ளது. எனவே கல்வி கற்கும் மாணவர்கள் அனைவரும் இந்த உண்மையை அறிந்து அதற்கேற்ப செயற்பட்டால் வெற்றி நிச்சயம்.

காலக்கண்ணாடி

ஆனந்தி செந்தில்

ஏமெத்த வேளை அடியோடு நின்று விட்ட காலம் போலன்றி, பல வருடங்களுக்கு முன், தனிர வாதிகளுடன், பெரிய வீடுகள் கட்டிக்கொண்டு ஆடம்பரமாக வாழ்வதே, வாழ்வின் முக்கிய குறிக்கோளெனப்பட, இளைஞர்களெல்லாரும் எண்ணத் தொடங்கிவிட்ட காலமது. இதற்காக எதையும் செய்யத் தயாராகிவிட்ட அவர்களிடையே, முற்றிலும் மாறுபட்ட ஒரு குணசீலராய், கொள்கை வீரராய் சுந்தரம் இருந்து வந்தார்; அவரை ஊரே அறியும்.

நகருக்கு ஒதுக்குப்புறமாக அமைந்திருக்கும் அச்சிறிய கிராமத்தின் எங்கோ ஒரு மூலையில், இயற்கை மாறாமல் பெருமை மாறாமல், நிமிர்ந்து நிற்கும் அவரின் வீடு, பொங்கும் போலின்றி வாழ்வின் சத்தியத்திற்கே, பெரும் சவால் மாதிரித் தோற்றம் காட்டுகின்றது.

சுந்தரம்தான் இதற்குக் காரணம். வெறும் பள்ளி ஆசிரியராக மட்டுமன்றி ஊரார்களுக்கு ஒரு நல்வழி காட்டியாகவும் அவர் இருந்தார்.

சமூகத்தால் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட, நற்றம் சொல்லும் கெட்டுப்போன மனிதர்கள் அவரது காலடிப் புனிதம் பட்டுச் சாப விமோசனம் பெற்று உயர்ந்திருக்கிறார்கள். அவர் மரியாதைக்குரிய ஒரு பணிந்த தெய்வம் போல இருக்கிறார். ஆடம்பரமற்ற, எளிமையான வாழ்க்கையே, அவரது குறிக்கோளாக இருந்தாலும், மனைவி பார்வதி அதற்கு ஒரு தடைக்கல்லாகவே இருக்கிறாள்.

அவளுக்கு வாழ்க்கையில் குறைப்பட்டுக்கொள்ள எவ்வளவோ விடயங்களெல்லாம் இருந்தன. அதற்காக அவள் அலட்டிக்கொள்ளவும் தவறுவதில்லை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அவள் நினைப்பது போல், வாழ்ந்திடாத் தினசரி வாழ்க்கை ஓட்டிக்கொண்டுவிடுமென்று அவர், தீவிரமாக நினைத்தாலும், அதை வெளிக்காட்டுகிற ஆவேசம் புதுமை அவருக்கு வருவதில்லை.

வாழ்வில் எத்தனைய சிக்கல்களையும், எதிர்மறையாகத் தோன்றுகின்ற, வீண் கோபதாபங்களையும், சிரித்துச் சிரித்தே சமாளித்து விடுவார்.
இந்தச் சிரிப்பலைகள் காற்றில் மிதந்துவரும் இனிய சங்கீத நாதம் போல், மனதைக் கவ்வியிருக்கும்.

பார்வதியைப் பொறுத்தவரை, அதுவும் வீண்தான். அவள் அபூர்வமாக வாயைத் திறந்து, ஏதாவது தத்துவம் சொன்னாலும் அது பிடிக்காதது போல, முகத்தைச் சுளித்து, அவன் "உம்" கொட்டும் போது, அவள் விரல் தட்டும்.

அவர் எதிர்பார்ப்புகள் தீவிரமான மன முனைப்போடு அவளின் அருமைகளை, சுவாரஸ்ய நிறைவை காவியும் இந்தச் சுவாரசியங்களை எதிர்கொண்டு, வெற்றியைக் கூட அவரால் முடியுமென்றால் அது வெறும் வெள்ளை பகல்கனவாக மட்டும்தான்.

அவளுக்கு ஒரு பேராசை. பழைய காலப் பாணியில் அமைந்த தங்களின் வீட்டை நவீன வசதிகளுடன் புதுப்பித்து, ஒரு பளிங்கு மாளிகையாக்க வேண்டுமென்று. அவள் பிடிவாதமாக இருக்கிறாள்.

வெறுங்கை முழம் போடுமா? என்று வைத்தான் - காய்க்காத மரம் தானே காய்க்கும். விட்டால்! கோட்டைகட்டி கட்டிவிட முடியுமா.

வீடு கட்டுவதில், எத்தனையோ கலைவிற்பன்னர்கள் இருந்தும், இளம் பொறியாளர் நடேசனே அவருக்கு வேண்டியவனானான்; நாணயமும், கடமையுணர்வும் கொண்ட அவனிடமே, அவர் வீடு முழுப்பொறுப்பையும் ஒப்படைத்திருந்தார்.

அவருக்கு ஒரே மகள். தமிழ்ச்செல்வி என்ற அழகான பெயர்; செல்வி என்று சுருக்கமாக அழைக்கிறார்கள். செல்விக்கு வயது பதினேழாகிறது. அம்மா மாதிரிச் சாயலும், அழகும் குணத்திலும், அவரின் உயர் வளர்ப்பாக இருக்கிறாள். அவளை ஒரு வேதமொல்லாம், அவனின்தான்.

நடேசனுக்குத் தலைமையாக, தாமரைத்து ரூபியாக்கள் அதிலே எதிலும் ஒரு கெளச்சித்திரம் கறுப்பர்களின் நன்றாக ஒரு ஒரு வேலை செய்வான். சிந்தனைக் கலைவடிவங்களிலேயே கை தேர்ந்த கலைஞன் அவன்.

கனைப்பு வந்தால், மனம் மேட்டுப் பகுதி எதிர்ப்படுத்துக்கொண்டு, பேர் பற்றுவைத்தவாறு, வானத்தையே வெறித்துப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பான்.

செல்வி அவனை அவர்களை - வேடிக்கை பார்க்கிற சுபாவத்தினால் மாறாமல், மன்னவன் பின்னே நின்றுகொண்டிருப்பாள் கஸ்தூரி நாடகள் நலித்த புகைப்பட விழு முறை நாடகமாக. அவள் பொழுது இப்படித்தான் ரசனையுடன் கழியும்.

நங்கள் ஒரு இரட்டை நோட்டுக் கதாநாயகன்போல இருக்கிறான். மாலையில் அப்பாவிடம் சம்பளம் வாங்க வரும்போது அவன்கொடுத்து மாறியிருப்பதை, செல்வி கவனிக்கத் தவறுவதில்லை.

காலில் செருப்பும் கையில், மணிக்கூடும் கட்டிக்கொண்டுமிடுப் புக்களையாத உடைகளுடன் அவன், ஒரு கர்வமிக்க கலைஞன் மாதிரித் தோன்றுவான்.

இந்தக் கலையான் வேடம் எதற்காக என்பது அவள் அறியாத ரகசியமல்ல. இரண்டாவது ஆட்டம் சினிமாவுக்கும் போகிறதாகி அவளுக்கு அந்த அவசர வெறியில் அவன் நடந்துகொள்ளும் விதம், நாகரிக சமூகத்தின் முகமூடியையே, கிழித்தெறிந்து விடுகின்ற கூச்சல்சங்கடமாக அவளை தெருவில் அலைகிறது. அவளிடம் மதிப்பைக் காட்டத் தவறுகின்ற பண்பேதுமறியாத பாமரப் பெருமையாகவே நடந்து கொள்கிறான்.

அவள் விடை பெற்றுப் போன பின், தெருவில் சுதியும் கொட்ட நாக்கியிடம் அவர் சொல்கிறார் "ஒருகாரியம் எனக்கும் தாக

கொழுப்பெடுத்திருக்கு மகளுருத்த பிள்ளை அவன் வேலைக்குத் தானே காசு. ஆனால் அவன் போகிறது எனக்குப் பிடிக்கேல்லை. செருப்புப் போட்டால் மட்டும் போதுமோ மனிசனுக்குக் குணமே தான், இருக்கோ எல்லாம்"

அப்பாவின் பேச்சு, அவளுக்குப் பிடிப்பட மறுத்தது. அவள் எரிவும் வாரணியாரை. ஆனால் நங்கள் பாவம், அவனுக்கு உதவும் இப் படிப்பேனர் இருக்கமுடியும். இது நடக்கிறதாய், என்ன பதிலைச் சொல்லப்போகிறாள் அப்பா.

"அப்பா! நங்கள் மாதிரித்தானே அவனுக்கு ஆசை இராதா?"

"கவனிக்காமல் பேசிவிட்டாள் ஆசை இருக்கத்தான் செய்யும். அதைத் தவறு என்று நான் சொல்லவில்லை. நான் சொன்னது வேறு அர்த்தத்தோடு, அதைச் சொல்லமுடியுமென்றால் ஒரு புஸ்தகம் பிடிக்கும். காலம் கனியவில்லை, அதை நீ புரிந்து கொள்வாய்"

அதன் பிறகு அவள் பேசவில்லை.

காலம் மாறிக்கொண்டேயிருக்கிறது, சந்தர்ப்பத்தோடு ஒரு சகாப்தமே முடிந்துபோனமாதிரி, அவர் காலத்தில்தான், எத்தனை மாற்றங்கள்.

காலம் எப்படித்தான் மாறினாலும் அவளின் மனப்பான்மை மாறவில்லை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இது அப்பா கொடுத்த வாழ்க்கை வரம்.

இந்த மண்ணின், மீது மீடிப்பு மாறாமல் அவன் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறானே இதுதான் வாழ்க்கையா?

இயற்கையன், அப்படியேதான் இருக்கது. மனிதர்கள்தான் மாறிப்போனார்கள்.

எல்லைடைக்குப்பிறகு, சந்தி பிரிகிற சரித்திரமாய் இந்த மண்ணும், மனிதர்களும் கிராமத்தின் முகமும், மறைந்தாற்போல, பூட்டிய கதவுகளுடன். பொருளை கணத்து நிதமும் வீடுகளுக்கு ஓடுகிம், வாழ்வின் பொருள் தேடி, அலைகிற பார்வை. அவன் நகர நிலையில்தான் இருக்கான். காலையுக்கு இங்கேயே வேலை, மூன்று ஆண் பிள்ளைகள் மூத்தவன் ராஜிக்கு வயது பதினொராகிறது. பிறகு மோனைக்குதான் அவனும் பறந்துவிடுவான்.

இந்தமண் நிச்சயமில்லை. அப்படியானால் எதுதான் நிச்சயம்? யாருக்குத் தெரியும்?

ஒருநாள் மாலை, அவன் மனைவியுடன் வாசலில் அமர்ந்து, தெருவை வேடிக்கை பார்த்துக்கொண்டிருந்தான். தெருவென்ன காலைத் திவ்வும், கடுகள் இடறும் பூர் சொறுவகையின், வாகு போகிற சத்தம் அடிக்கடி கேட்கும்... அதுவும் இப்போது வீட்டுச் சாமான் கிளோடு போகிற வண்டிகளே, காட்சிக்கு இருந்தால் கண்ணில் உறுத்தும்.

வீடும், வாசலும், பயிரும் வாழ்வும் நிச்சயமில்லாத ஒன்றாய், கரை ஒதுங்கிப் போகும் மனிதர்களின் அவனும் இவர்களில் ஒன்றாய் போவதுதான் நிச்சயம் இது ஏன் இவ்வாறாயிற்று.

அவனுக்குத் தூக்கம் தாளாமல், அழுகை கண்ணை மறைத்தது. இருட்டைத் துழாவித் தெருவைத் தெருவைப் பார்க்கின்ற போது, மாட்டுவண்டி ஊனம், கண்ணில் தெரிந்தது. அதன்மேல் நிறைந்த வழியும், வீட்டுச்சாமான்கள், விளையுயர்ந்த பெறுமதியான பொருட்கள் இவற்றை வாங்கவும் ஆளில்லாமல், எவன் விட்டுக் கொடுக்கோ, சமர்ப்பணமாகி விட்ட சடங்கள் குவிந்து, இன்னும் மயக்கம் ஏன்?

இந்தச் சடங்குகளுக்காக உயிரையே விற்றுவிட்ட கதையாய், இங்கு எல்லாம் முடிந்தது. இந்த வெறும் மண், பெருமையைத்தரும் போனதற்கும் இப்படியானதற்கும் இதுதான் காரணம். காலம் கண்ணாடியில் இன்று அவன்பார்ப்பது, இந்த மண்ணின் முகத்தை அல்ல அப்பாவின் முகத்தைத் தான்.

(யாவும் கற்பனை)

உளநோய் என்றால்..

உளநோய் என்றால்
உணர்வு பாதித்த நிலை மட்டும் அல்ல
உள்ளம் ஆற்றாது
வெட்கி வெடித்து
அமைதி இழந்து அங்கலாய்த்து
நிம்மதி இனறி நிலைகுலைந்தும்
உளநோய் அன்றி வேறு என்ன?
மற்றவர் உயர்ச்சியில் ஏக்கம் கொள்வதும்
தனக்கிலாதது பிறர்க்கேன் என்று
தப்பு எண்ணம் தாங்கிக்கொள்வதும்
குற்றம் காண்பதும், குறைகூறுவதும்
கூனிப்பேசல் காரியம் கெட்டு வைப்பதும்
சகுனியின் வேலைகள் சளியாது செய்தலும்
சேர்ந்தவர் பிரிவதும்
பிரிவுகள் தொடரவும்
பகை மிக வளரவும்
அநுதினம் அயராது உழைத்திடும் - மற்றவர்
புகழ்ச்சி கண்டு பொறுக்காதது
தாழ்த்தி வார்த்தைகள் கூசிச்சிதறும்.
சேர்ந்திருந்து இரண்டகம் செய்வதும்
சிரித்து சிரித்துச் சீர் கெடுப்பதும்
அகண்ட வாழ்வதில் சுகம் காண்பதுவும்
தன்னலம் ஒன்றே கருத்தாய் திரிதலும்
உளநோய் என்பதன் ஒவ்வொரு வகையே.

தெந்நேவ சத்தியா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆசிரியரின் தோற்றப்பாடுகள்

திருமதி பி. எஸ். சின்னத்துரை

சமூகத்தில் ஆசிரியத்துவம் புனிதமும், மதிப்பும், சக்தியும் கொண்டது. ஆசிரியத்துவம் பற்றிப் பல்வேறு விதமான வரைவிலக்கணங்கள் தரப்படுகின்றன. கற்பித்தல் பணி அறம் சார்ந்த இலக்காகக் கருதப்படுகிறது. இதற்கேற்ப ஆசிரியர் பல வேறுபாடுகளைக் கொண்டவர், தோற்றப்பாடுகளுடையவர் என உளவியலாளர்கள், சமூகவியலாளர்கள் கூறுகின்றனர். தனியே கற்பித்தல் மாத்திரம் [illegible] நிறைவு பெறாத ஆசிரியராகிய [illegible].

ஆசிரியரின் முக்கியமான பணி கற்பித்தல் என்பது யாவரும் அறிந்த ஒன்று. மாணவன் தன் திறமைகளையும் ஆற்றல்களையும், அறிவையும் வளர்க்க உதவுவதும் பணியாக ஆசிரியர் மேற்கொள்கிறார். ஒரு ஆசிரியர் தனக்குத் தெரிந்த விடயத்தை மாணவருக்கு எடுத்துக் கூறுதல் அல்லது விளக்குதல் தான் கற்பித்தல் என்பது மரபு ரீதியான விளக்கம் ஆகும். எனவே ஆசிரியர் தன் பாடத்துறையில் சிறந்த அறிவு கொண்டவராகத் தொடர்ந்து கற்பவராக மேலும் மேலும் தன்னை வளர்த்துக் கொள்பவராக இருத்தல் வேண்டும்.

ஆசிரியர் கற்பிக்க முற்படும் போது தனக்குத் தெரிந்த எல்லாவற்றையும் வகுப்பறையில் கொட்டி விடலாம் என எதிர்பார்க்க முடியாது. மாணவர் எல்லோரும் ஒரே தரத்தினராக எளிதில் விளங்கக் கூடியவராக அமைதல் முடியாதென்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். எளிதில் விளங்கும் மாணவரும், மெல்லக் கற்கும் மாணவரும் (Slow Learners) கொண்ட ஒரு வகுப்பறையில் இருபகுதியினரும் எளியராகக் கேட்டுப் புரிந்துகொள்ளும் நிலையில் இருக்கும் ஆசிரியர் கற்பிக்கும் பொறுப்புடையவர் ஆகின்றார்.

உளவியலாளர் (Lewin, Lippitt, White) லூவின், லிப்பிட், வைற் ஆகியோர் ஆசிரியரின் தலைமைத்துவம் எவ்வாறு அமைதல் வேண்டும் என ஆராய்ந்துள்ளனர். அவர்கள் ஆய்வின்படி சனநாயக முறைத் தலைமைத்துவத்தைக் கொண்ட ஆசிரியர் சிறந்த பெறு பேறுகளைப்

பெறுவதாகக் கூறப்படுகின்றது. ஏனைய சர்வாதிகாரப் போக்கு, தலையிடாத தன்மைகொண்ட ஆசிரியர் தம்பணியில் சிறந்த பலனை அடையவில்லை எனத் தெரிவித்துள்ளனர்.

ஆசிரியருக்கு அமைய வேண்டிய தோற்றப்பாடுகளுள் ஆளுமையும், நல்லொழுக்கமும் முக்கியமானவையாகும். ஆசிரியர் ஒருவரைப் பார்த்தவுடன் சக ஆசிரியர், மாணவர், சமூகம் மத்தியில் நல்லபிப்பிராயம் ஏற்படக்கூடியவராக இருக்கவேண்டும். ஆசிரியரின் நடை உடை பாவனை அவருக்கு இயல்பாகவே மதிப்பையும் கண்ணியத்தையும் அளிப்பதாக அமையவேண்டும். இவ்வாறான பண்புகளின் மூலம் ஆசிரியர், மாணவர், சமூகத்தின் மத்தியில் [illegible] [illegible], கௌரவமும் இன்று [illegible], சமூகமும் கொடுக்கின்ற [illegible] அது ஆசிரியத்துவமும் [illegible] சமூகத்தினாலும் ஏற்பட்ட தொன்றாகக் கொள்ளலாம்.

ஆசிரியர் வெறுமனே கற்பிப்பவராக மட்டும் அமையமாட்டார். சிறந்த திட்டமிடுபவராகவும் இருத்தல் அவசியம். அவர் ஒரு பணியைத் தன்னிடம் ஒப்படைக்கும்போது, அல்லது நிறுவனத்தை அல்லது சமூகம் ஒப்படைக்கும் போது சிறந்தமுறையில் செய்பவராக [illegible] கூடியவராகத் தன்னை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் பணிகளை இலகுவாக ஒப்படைக்கலாம் என்ற நம்பிக்கையை ஊட்டுபவராக ஆசிரியர் விளங்க வேண்டும்.

இவற்றுடன் ஆசிரியர் ஒரு உளவியலாளராகவும், நல் வைத்தியராகவும் அமைவது மாணவர்களுக்கு நன்று. உடல், உள நோய்களை அறிந்து மாணவரின் மன வெழுச்சிகளை உணர்ந்து தனியாள் வேறுபாடுகளை அவதானித்துக் கடமை புரிபவராக இருத்தல் வேண்டும். சமூகத்தினதும் மாணவரினதும் தேவைகளை [illegible] ஆசிரியர் தன் பணியில் நிறைவுபெற முடியாது. மாணவரின் உடல் உளப்பிணிகள், தாக்கங்களை நீக்காது [illegible] கடமை புரியும் ஆசிரியரின் பணி சிறப்பாக நிறைவுத் தராது.

பொதுவாக ஆசிரியர் ஒரு சமூகத் தொண்டனாக, சமூகத்தொண்டு புரிபவராக அமைதல் சாலச் சிறந்தது. ஆசிரியர் வேறு, சமூகம் வேறு என ஆசிரியர் தனித்து இயங்கினால் சிறந்த பலனை எதிர்பார்க்க முடியாது. முன்னைய ஆசிரியர் பணி இன்றும் தலைசிறந்த ஆசிரியர்கள் போற்றப்பட்டுக் கணிப்பளிக்கப்படுகிறார்கள். அதற்குக் காரணம் சமூகத்திற்கும் அவருக்கும் இடையில்

உள்ள நுட்பங்களையும், சமூகத்தின் தேவைகளையும் ஆய்ந்து பொருத்தப்பாட்டையும் கணித்து அதற்கேற்பத் தன் பணியை அமைத்துக் கொள்பவராக ஆசிரியர் அமைய வேண்டும்.

ஆசிரியரின் [illegible] மானது. விளையாட்டுத்துறை, கலைத்துறை மற்றும் எழுத்தாற்றல் போன்றவற்றில் ஆர்வமுள்ளவராக இருப்பதுடன் மாணவர்களை [illegible] உற்சாகத்துடன் செயல் படுத்துகின்றதும் [illegible] ஆசிரியர் [illegible] தன் பணி [illegible] பாடசாலையில் ஒரு சிறந்த ஆசிரியராக, நல்லவராக, நியாயம் [illegible] விளங்கும் ஆசிரியர் [illegible] தனி இடத்தைப் [illegible] இன்முகமும், புன்னகையும், [illegible] ஆசிரியர் [illegible] ஆசிரியர் சமூகத்தில் [illegible] இடத்தைப் பெறத் தவறுவதில்லை.

எனவே [illegible] ஆசிரியர் [illegible] பாடுகளைக் [illegible] ஆசிரியத்தின் [illegible] கணித்து கூறலாம்.

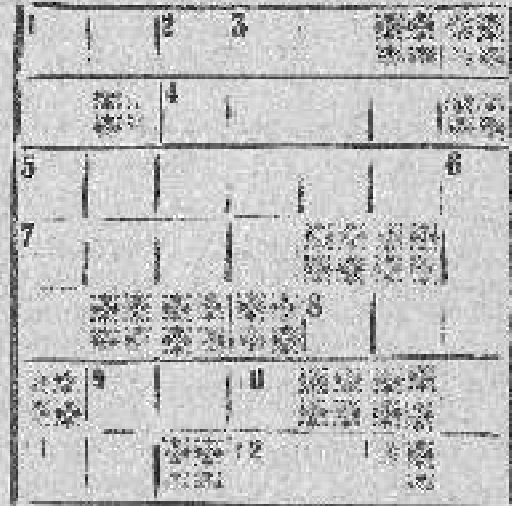
உலக அழகி

[illegible]

"[illegible] மனம் உடலை [illegible]
[illegible] வசீகரத்தைச் செய்கிறது"

கி. பி. [illegible]

சொல்லோவியம் 5



இடமிருந்து வலம்

1) ஔவையார் இயற்றிய நூல்
4) [illegible]
5) நல்வழி, [illegible]
7) கோள்கள் [illegible] அமைந்துள்ளது.
8) நீர் இருக்கை மாறிவிட்டது.
9) [illegible]
11) [illegible]
12) சோதிடன் மாறி விட்டான்

மேலிருந்து கீழ்

1) அரசி
2) [illegible]
3) [illegible] விட்டது.
6) [illegible]
9) [illegible]
10) ஆடை

கருத்துக் குவியல் 75

எமது நாட்டில்
மனித உரிமைகள்

மதிக்கப்படுகிறது?
மதிக்கப்படவில்லை.

உங்கள் கருத்துக்களை 15. 07 93க்கு முன்
அனுப்பி வையுங்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காற்றே! நீ இசைத்திட வேண்டும்

காற்றே!
ஒரு இசையாரம் தொடுத்தேன்
தொடுத்ததை எடுத்து
உன் வழியில் போகின்றேன்
முனைக்குள் ஒதுக்கி விடாதே
அதையெடுத்தே ....
நீ செல்லு மிடமெங்கும்
இசைத்திட வேண்டும்.

இது விரக்தியின் பாடலல்ல
உறுதியைப் பற்றி நிற்பதால
பிறந்த பாடலிது
இலட்சியங்கள் ... நேசிக்கின்ற
கன்னியின் பாடலிது.

காயப்பட்ட நெஞ்சும்
கன்னியர் மனங்களின்
இரணத்தில் நொய்ந்தநாள்
எழுந்தது பாயிது
கொடுமைகள் அசைத்திட
நீ இசைத்திட வேண்டும்.

அக்கரையின் அகதிப் பெண்கள்
இக்கரையை பற்றுறுதியே தாண்ட
இலட்சியங்களால் ஆக்கிட
இல்லாதவர்களின்
அடுக்களையில் அடுப்பின் சூடு
கண்டிராதும் பெற்றோரதும்
கண்ணீரோட்டத்தால் ஆறியிருக்கிறது.

திருமணக் கேள் வயதில்
நோட்டுக் கட்டுகள்
அந்தஸ்து அவி வலைக்களோடு
விலைபோயிருந்தால்
அவையுமே விடமாட்டார்
தொடர்கின்ற வேதனைகளுள்
இதுவும் ஒரு அத்தியாயந்தான்.

படித்தவரோடு பாமரரும்
சீதனப் பேயின் பிடிக்குள்
சிக்கித் தவிக்கின்றனர்
உள்ளவற்றையே இழந்த நேரத்தில்
இந்த புலச் சந்ததி
கோலோச்சி நிற்கிறது.

காற்றே!
நீ செல்லுமிடமெங்கும்
நான் தொடுத்த இசையாரத்தை
இசைத்திட வேண்டும்
கொடுமைகள் இறந்திட
கன்னியர் மனங்களும்
[illegible]
நீ இசைப்பதைக் கேட்டு
ஆடிக் கொண்டாடட்டும்.

● சிசாலைபூர் கமலா

※ மகிழ்வான மனதின் இயல்பான பண்பு
நிகழ்கால வாழ்வின் நிறைவான நோக்கே

மனதை வழிப்படுத்தி வாழ்வீர்

கலையின் அழகும், கவியின் எழிலும்
கருத்தில் வளர்வதாகும்
விலைமதியாக் கருத்து எழிலும்
மனதின் மலர்வதாகும்
கொலையும், களவும் கொடிய வினையும்
மனதின் தாக்கத்தே வரும்
கலையும் தெய்வமும் மனதென்னும் வயலில்
விளைந்தே வரும் வாழ்வில்.

ஆலயமும் மனதை நன்முறையில்
வழிப்படுத்தியே கொணர்ந்திடும் அறிவு
உணர்வும் மனத்தின் கலைப்படைப் நீக்கியே
உறக்கம் கனவதிலும் ஆற்றல்
விளையும் மனதை வேரோட்டறுத்தே
சக்தியினைத் தந்திடும் அன்பு
ஆம். அறிவு ஆற்றல் அன்பு அனைத்தும்
மலர்ந்திடும் தாம் தான் மனமே.

அவனி நடக்கும் அனைத்து நிகழ்வும்
அகமாம் மனத்தின் வினையே
புவனி வந்திடும் பொழுதும் மனமே
பலதை எண்ணத் துணையும்
கவனியாதிருந்தால் அதுவே நன்றாய்க்
கழித்துவிடும் நம்மையே
உவகை பெறவே வேண்டும் எனது
மனதை வழிப்படுத்தி வாழ்வீர்!

ஏ. பி. வி. கோமஸ்
மாத்தளை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

போரின் வடுக்களும் சமூகமும்

✲ கோகிலா மகேந்திரன்

கடந்த பதினைந்து வருடங்களுக்கு மேலாகப் 'போர்' என்பது 'உணவு' போல நாம் எப்போதும் கேட்கிற, எப்போதும் பேசுகிற, எப்போதும் வாசிக்கிற, எப்போதும் அநுபவிக்கின்ற சொல்லாகி விட்டது. போர் என்றால் என்ன?

தமக்கிடையே உள்ள பிரச்சினைகளைத் தீர்த்துக் கொள்வதற்காகப் பாரிய அளவில் ஒருவரை ஒருவர் கொலை செய்து கொள்ளல்.

இடம்பித்தலையும் முரட்டுத்தனத்தையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு இரு சாராருக்கு இடையே தோன்றிய பிரச்சினையைத் தீர்க்க முற்படுதல்.

திட்டமிட்ட பாரிய அளவிலான மனிதக் கொலைகளும் சொத்துச் சேதமும்.

மறுசாராரைப் பயமுறுத்தி, அவர்களுக்குத் தீராத வினை விளைத்து, அவர்களை அடிமைப்படுத்தி ஏதோவொரு பிரச்சினையைத் தீர்க்க முனைதல்.

என்று இப்படி ஏதோ ஒரு வகையில் போருக்கு நாம் வரைவிலக்கணம் கூற முடியும்.

போர் அவசியமானதுதானா? ஏதோ ஒரு வர்க்கத்துக்கு எதிராக நடைபெறும் அநியாயங்களை அழிக்க யுத்தம் அவசியமானது என்ற ஒரு வாதம் உண்டு.

யுத்தபலம் கட்டி எழுப்பப்படும் அளவுக்கு அந்தக் குழுவுக்கு அல்லது நாட்டுக்குப் பாதுகாப்புக் கிடைக்கும் என்பதும் ஒரு வாதம் உண்டு.

ஆனால் எமது நாட்டின் நேரடி அநுபவத்தில் கடந்த பதினைந்து ஆண்டுகளுக்கு மேலாக நடக்கும் யுத்தம் அதிகரிக்கும் சனத்தொகை கட்டுப்பாட்டு உதவியுள்ளது என்ற வக்கிரமான நன்மையைத் தவிர வேறெந்த நன்மையையும் கொண்டு வந்ததாக இல்லை.

நடைபெறும் அநியாயங்கள் ஒழிக்கப்படுவதற்குப் பதிலாக மேலும் தீவிரமடைந்துள்ளன. யுத்த பலம் கட்டி எழுப்பப்பட்ட அளவுக்குப் பாதுகாப்பின்மைதான் மக்களுக்குக் கிடைத்தது.

அந்த சமயம் சத்தம் விட்டுச் சென்ற வடுக்களும் அழுத்தங்களும் சமூகத்தை மிகக் கொடூரமான முகங்களுடன் தாக்கியுள்ளன. நெருங்கிய உறவினர் நண்பர், அயலவர் ஆகியோரின் இறப்பு, அங்கவீனமுற்றோர் சேர்ந்தோர் காணாமற்போதல், உடைமைகள் இழக்கப்படுதல், வீடுகள் இழக்கப்படுதல், இடைக்கிடை ஏற்படும் மோதல்கள், அகதி வாழ்வு, பஞ்சம், தொற்றுநோய்கள், குடும்பக் குழப்பம் ஏற்படுதல், வறுமை போன்ற நிலைமைகள் இந்த வடுக்கள் ஏற்படப் பிரதான காரணங்கள் ஆகின்றன. பரபரப்பு, பதகளிப்பு, அச்சம், தவிர்ப்பு போன்ற அதிர்ச்சியுடன் உளப்பாதிப்புக்கு உட்படுவோர் ஏராளம்.

யுத்தம் பெறுமதியான மனித உயிர்களை ஆயிரக்கணக்கில் வயது வேறுபாடின்றிக் காவுகொள்கிறது. அந்தக் குடும்பத்தின் ஏனைய அங்கத்தவர்களும் அவர்களில் தங்கியிருந்தோரும் பெரும் பாதிப்பு அழுத்த நிலைக்கு உள்ளாகிறார்கள். அவர்களால் இந்த இழப்பை சமப்படுத்தி ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை.

இன்னும் அதிக அளவு தொகையானோர் வலது குறைந்தோராக்கப்பட்டுள்ளனர். இவர்கள் உயிருடன் இருக்கும் வரை இவர்களைப் பராமரிப்பது அந்தக் குடும்பங்களுக்குப் பெரும் மன அழுத்தத்தைத் தரப் போகிறது.

இந்த அழுத்தங்கள் சிலரை வன்முறையான மனம் கொண்டோராக மாற்றுகிறது. அவர்கள் ஏனைய மனிதர் மீது அன்பு காட்டுபவராக இல்லை. ஆகவே மீதமுள்ள ஒரு பெரும் பகுதி இந்த வன்முறைச் சமூகக் கும்பலால் பாதிக்கப் படுகின்றனர்.

பொருளாதார நிலை வீழ்ச்சி அடைந்த மக்கள் வசதியான வாழ்வுக்காகச் செலவிடப்படக் கூடிய பெருமளவு பணம் அதிகரித்து போவதால் மக்களின் வாழ்க்கைத்தரம் தொடர்ந்து கீழ்நிலையில் இருக்கிறது. வெகு வேகமாக மாறிவரும் விஞ்ஞான யுகத்தில் இந்த நிலை மக்களுக்கு ஒரு விரக்தி சார்ந்த வெறுப்பை ஏற்படுத்துகிறது.

சமூக கலாச்சாரத்திலும் தற்பண்புகளிலும் ஒரு வேகமான பின்னடைவு ஏற்படுகிறது. யுத்தச் சூழலால் சமூகத்தில் ஏற்படும் நிரந்தரமற்ற நிலை இந்தச் சரிவுக்கு முக்கிய காரணமாகிறது. மதுபானப் பழக்கம், போதைக்கு அடிமையாதல், சிகரெட் புகைத்தல், பாலியல் சீர்கேடுகள் போன்றவை மிக இலகுவில் விளைகின்றன.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பொதுவாக ஜனநாயகத் தன்மைகள் அழிந்து போவதால் வீட்டிலும், கிராமத்திலும், பொது நிறுவனங்களிலும் கூடச் சர்வாதிகாரத் தன்மை இடம்பெற்று தலை தூக்குகிறது. இதனால் தனிமனித உறவுகளும் நெருக்கமும் உடைந்து நொருங்கிப் போகின்றன.

இந்த நிலையில் இருந்து எமது சமூகம் விடுபட உதவக் கூடிய சில வழிகள் வருமாறு.

01. இயற்கையின் அழகான ஒழுங்கை இரசிக்கப் பழகுதல்.
02. மனதைத் தெளிந்த நிலையில் வைத்திருக்கப் பயிற்சி செய்தல்.
03. வாழ்வு பற்றிய ஆக்க பூர்வமான மனப்பான்மைக் கட்டி எழுப்பல்
04. அன்பு பற்றிய உணர்வை அடிக்கடி ஏற்படுத்திக் கொள்ளல்
05. மனித சுதந்திரத்தின் அடிப்படை ஒருவருக் கொருவர் சகோதர மனப்பான்மையுடன் நடந்து கொள்வதில் என்ற எண்ணக்கருவை வளர்த்தல்.
06. வேறு பாடுகளைச் சகித்து மனிதனை அவனாக ஏற்கப் பழகுதல்
07. தனி மனித உறவுகளையும் தொடர் பாடலையும் விருத்தி செய்தல்.
08. மற்றைய மனிதருக்கு மரியாதை கொடுக்கப் பழகுதல்.
09. விடயங்களிலும் மனிதரிலும் நன்மையான பக்கத்தைப் பார்க்கப் பழகுதல்.
10. விலங்குகள் மீது கருணை காட்டப்பழகுதல்.
11. பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் முறைகளை விஞ்ஞான ரீதியாக அறிந்து செயற்படுத்தல்.
12. எமது வலிமையான உணர்வுகளை இனங் கண்டு அவைகளைச் சமூகப் பயன்பாடு மிக்க வகைகளாக வெளிப்படுத்தல்.

அடுத்த இதழில் ...

மனித உரிமைகள்

உங்கள் கதை, கட்டுரை, கவிதை, துணுக்குகள் உளவியல் சார்ந்ததாக, எமது சமூகம் விழிப்புணர்வுக்கு ஏற்றதாக, 15.07.93 க்கு முன் அனுப்பி வையுங்கள்.

உங்கள் படைப்புக்கள்
'நான்' மலரை அலங்கரிக்கட்டும்.

குடும்ப உறவுகளைச் சீர் குலைக்கும் போர்

எஸ். ஜே. இராஜநாயகம் M. A
குடும்பவளத் துணையாளர்

கொடும் போரின் தாக்கங்களை நாம் எமது வாழ்வில் உணரத் தொடங்கியுள்ளோம். இவைகள் எமது உள்ளத்தில் வடுக்களைப் பதித்துள்ளன. கோரக் கொலைகள், மரணங்கள், முடமாக்கும் காயங்கள் வீடுகளின் சமூக அமைப்புகளின் அழிவுகள். இயற்கை வளங்களின் அழிவுகள் பயிரிடப்பட்டவைகளின் அழிவுகள், இடப் பெயர்வுகள், வேலையில்லாத திண்டாட்டம், ஏழ்மை, சமூகச் சீர்குலைவு, இவைகள் அனைத்தும் போரின் விளைவுகளாகின்றன. இவைகள் அனைத்தும் வடகிழக்கில் நடைபெற்றுக்கொண்டே இருக்கின்றன. இந்த அனர்த்தங்களின் தாக்கம் குடும்பத்தில் தான் முதலில் உணரப்படுகின்றன. மேற்கூறப்பட்ட நிகழ்வுகள் யாவும் குடும்பத்தில்தான் நிகழுகின்றன. குடும்பத்தில் அங்கத்தினரை இழத்தல், அங்கத்தினருக்கு முடமாக்கும் காயங்கள் ஏற்படுதல், வீடுகளை இழத்தல், இடப் பெயர்வுகள் என்பன குடும்பங்களை நேரடியாக தாக்கி அதன் சம நிலைகளை இழக்கச் செய்கின்றது.

ஒரு குடும்பம் தன் சமநிலையை இழக்கும்போது குடும்ப அங்கத்தினரின் எல்லைகள் பாதிப்புறுகின்றன. இறுக்கமான, தளர்வான எல்லைகளை உடையோர் மழுங்கிய எல்லைகள் உடையோராக வருவர். இதனால் குடும்ப சட்டங்கள், சம்பிரதாயங்கள் காலாதிகாலமாக கடைப்பிடித்துவந்த சீவியமுறைகள் ஒழுங்கு இல்லாமல் போகின்றதை நாம் காண்கின்றோம். உ+ம்: பெற்றோர் அதிகளவு தம் பிள்ளைகளுக்குச் செல்லம்காண்பித்தல், பிள்ளைகள் தம் பெற்றோருக்குக் கீழ்படியாத்தன்மையைக் காட்டுதல், அல்லது வளர்ந்த பெண்பிள்ளைகள் எல்லோரிடமும் கதைத்தல், தன் குலம் கோத்திரத்தை விட்டுத் திருமணம் புரிதல், தன் பொறுப்புக்களிலிருந்து விலகிக் கொள்ளுதல், எல்லோரையும் தன் வீட்டுக்குள் வர அனுமதித்தல் என்பன எல்லைகளை இழத்தலின் சில வெளிப்பாடுகள் ஆகும். இங்கு எல்லைகள் மழுங்கிய நிலையில் காணப்படுவதால் குடும்ப அங்கத்தினரின் ஆளுமை வளர்ச்சி பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

போரின் வடுக்கள் என்றும் மாறாப் புண்களாக குடும்ப உறவுகளை பாதிக்கின்றன. மிகக் கொடூரமான கொலை, சாவு, அல்லது இழப்புக்களின் பின் குடும்ப அங்கத்தினர் சிலர் இந்நிகழ்வுகளை அனுபவித்து கூடிய விரைவில் "சமநிலை" அடையலாம். ஆனால் சிலர் இந்நிகழ்வுகளால் ஏற்படும் அதிர்ச்சியை சமாளிக்க முடியாதவர்களாகக் காணப்படுவர். இதனால் இவர்கள் பயமும், பதட்டநிலையும் உள்ளவர்களாக இருப்பர். உ-ம்: இப்படியான ஒரு நிலை கணவனுக்கு அல்லது மனைவிக்கு ஏற்பட்டால் எதிலும் ஆர்வம் குன்றிக் காணப்படுவர். வேலையில் அக்கறையின்மை, கடமைகளில் தவறுதல், பாலியலில் ஈடுபாடு அற்ற தன்மை, யாருமில்லை நானோ தானோ என்ற போக்கில் இருப்பர். இவர்களுடைய பயம் சில வேளைகளில் நியாயம் அற்றதாகக்காணப்படும். இப்படிப்பட்ட குடும்ப அங்கத்தினர் மனச்சோர்வு உடையவராக இருப்பர். இவர்கள் ஆபத்தானதை எப்பொழுதும் அழுது கொண்டு தங்களுடைய இழப்பைப் பற்றி அல்லது நம்பிக்கையற்ற நிலைபற்றி சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பர். இதனால் இவர்களால் எதிலும் கவனம் செலுத்தமுடியாமல் அல்லது ஞாபக சக்தி இழந்து தங்களுடைய ஆற்றல்களில் தாழ்ச்சியுடையவராக இருப்பர்.

அதுமட்டுமல்லாமல் போரின் தாக்கங்களினால் உளம், மட்டுமல்ல உடலிலும் நோயுறுவர். போரின் வடுக்களால் குடும்ப அங்கத்தவர் நோயுறுவது மிகச் சாதாரணமானது. இப்படிப்பட்டோரில் இதயப் படபடப்பு, சுவாசிக்க கஷ்டப்படுதல், நெஞ்சுநோவு, தலையிடி, இடுப்பு வலி, உடல்வலி, தலைசுற்றல் ஏற்படுதல் என்பன காணப்படும். சிலர் தலைசுற்று, மயக்கமுறுதல், வயிற்றோட்டம், கட்டமைவின்மை போன்ற நோய்களினாலும் அவதிப்படுவர். குடும்ப உறவுகள் சிதறுவதற்கு போரின் நிகழ்வுகள் காரணமாகின்றன. எதற்கும் எடுத்தற்கெல்லாம் வெடுவெடுப்பாக முன்கோபமுறுதல், உடனே கோபம் கொள்ளுதல், மிக வெறியான வன்செயல்களில் ஈடுபடுதல், மற்றவர்களை மதிக்காமை, பிடிவாதம், மற்றவர்களை வெறுக்கும் தன்மை, சமூகவிரோத செயல்களில் ஈடுபடுதல், பொய் சொல்லுதல், சிரமமாக்கத் தவறுதல், அடிமையாதல் என்பவற்றினாலும் குடும்ப உறவுகள் சிதைவுறுகின்றன.

சில பெற்றோர் தங்களுடைய குடும்பவாழ்க்கையை நல்ல அன்புறவில் நடத்துவதற்கு பதிலாக 'ஏனோ தானோ' என்ற போக்கில் வாழ்கின்றனர். சில பெற்றோர் முடக்கும் காயங்களுக்கு ஆளாகும்போதும் அல்லது பெற்றோரில் ஒருவருக்கு சாவு ஏற்படுகின்றபோதும் பிள்ளைகள் தகுந்த தலைமை கவனிப்பாரற்று வாழ்வர். இப்படிப்பட்டவர்கள் தாம் வாழும் குடும்பத்திற்கு உதவி செய்யாமல் அதேகுடும்பத்திற்கு பளுவானதான சுமைகளை ஏற்

படுத்துவர். பிள்ளைகள் தமது பெற்றோரில் ஒருவரை அல்லது இருவரையும் இழந்திருந்தால் அவர்களுக்கு அதிக கரிசனை தேவைப்படுகின்றது. இப்படியானவர்கள் சிறந்த கவனிக்கப்படாத பட்சத்தில் அவர்கள் விரும்பத்தகாத சில செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவர் (உ-ம்: தனிமையாக இருத்தல், எல்லாவற்றிலும் அழுக்காக்குதல், பிரச்சனைகளை உண்டாக்குதல்) ஆரம்பகாலங்களில் இவர்களுக்கு தகுந்த நியாயம் அல்லது சிகிச்சை அளிக்கப்படாவிட்டால் பிற்காலத்தில் பள்ளிக்கூட வாழ்வில் கல்வியில் சிரத்தை காட்டாது வாழ்தலும், தீச்செயலில் அதிக நாட்டம் காட்டுதலும் இவர்களின் செயற்பாடுகளாக விளங்கும்.

போர் நடந்து கொண்டிருக்கும் வடகிழக்கில் இன்றும் பல குடும்பங்கள் தாக்கப்பட்ட வண்ணமாக இருக்கின்றன. போரின் முடிவுறாத் தன்மை இன்றும் பல சிக்கல்களைக் குடும்பத்தில் ஏற்படுத்துகின்றது. நிச்சயமற்ற எதிர்காலம் என்ன செய்யலாம் என்ற பெருங் கேள்வியை எழுப்புகின்றது. நீண்டு கொண்டு போகும் போரினால் குடும்பம் வறுமைக்குத் தள்ளப்படுகின்றது. வேலை வாய்ப்புக்கள் இல்லாமையினால் அன்றாடத்தில் பொருளாதாரம் சரிந்து செல்லுகின்றபோது குடும்ப அங்கத்தினர் குறிப்பாகப் பெற்றோர் செய்வது என்ன என்று அறியாது திகைக்கின்றனர். இதனால் விரக்தியடைகின்றனர். படிப்புக்கேற்ற வேலை கிடைக்காமை, தொழிலைச் செய்ய இயலாத நிலை, இளைஞர் ஏமாற்றப்படுவதாக விரக்தியைக் கூட்டி கோபத்தை அதிகரித்து, வாழ்வே ஒரு சுமையாக மாறுகின்ற போது வாழ்வை மாய்த்துக் கொள்ளும் முயற்சிகளையும் சில குடும்பத் தலைவர்கள் அல்லது பிள்ளைகள் மேற்கொள்வதையும் நாம் பார்க்கின்றோம்.

இத்தகைய அழுத்தங்களால் குடும்பத்தில் சண்டைகள், வன்முறைகள் அதிகரிக்கின்றன. தம்பதியர் பிரிவுகளும் ஏற்படுகின்றன. சில தம்பதியர் தம்சொந்த தம்பதியைவிட்டு வேறு ஒருவரோடு குடும்பம் நடாத்துகின்றனர். இதனால் பிள்ளைகளும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். சில இளைஞர்கள் 'திருட்டு' கலியாணம் செய்து கொள்கின்றனர். இதனால் குடும்பத்தில் பல ஒழுக்கச் சீர்கேடுகளும் மலிந்து காணப்படுகின்றன. போர் நின்றாலும் இத்தகைய ஒழுக்கச் சீர்கேடுகள் தொடர்ந்து பல காலம் நிலைத்திருக்கும். எனவே குடும்பங்கள் பாதிக்கப்படுவதைத் தவிர்க்கும் காலமாதலால், நாம் பொறுப்புடன் விழுமியங்கள் மதிப்பீடுகள் சிதைவுறாமல் இருக்க ஆவன செய்ய முன்வருவோம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மருத்துவத்தில் சித்திரம்

ம. டொமினிக் ஜீவா
(சுகவாழ்வு சித்திர ஆசிரியர்)

பல்வேறுபட்ட வர்ணங்களாலும், வடிவங்களாலும் உருவாக்கப்படுகின்ற சித்திரமானது, சிறந்த ஒரு கலையாகத் திகழ்வதுடன் மட்டுமல்லாது தற்போதைய காலத்தில் உளவியல் ரீதியான ஒரு மருத்துவ முறையாகவும் விளங்குகிறது.

குழப்பமுற்ற மனங்களை அறிந்து கொள்ள 'சித்திரம்' பெரிதும் கைகொடுக்கின்றது. அடி மனதில் ஆழமாகப் புதைந்து கிடக்கின்ற மன உணர்வுகள் அவரவர்கள் வரைகின்ற சித்திரங்களின் மூலம் வெளிப்படுகின்றன.

சிறுவர்களைப் பொறுத்த வரையில் நல்ல உடல், உள ஆரோக்கியம் கொண்டவர்கள் அதிகமாகக் கோடுகளை உண்டாக்கும் விளையாட்டுகளிலும், மனதில் உள்ளதை வரைதலிலும், பார்த்து வரைதலிலும் ஈடுபடுவார்கள். இதன் மூலம் அவர்களிடமுள்ள புதிய ஆக்கங்கள் புற வடிவங்களில் வடிவெடுப்பதை அவதானிக்கலாம். இதற்குக் காரணம் சிறுவர்கள் தங்கள் சந்தோஷங்களைத் தங்களிடமிருந்தே பெற்றுக் கொள்கின்றனர். இதைப்போலவே அழகான, தெளிவான, நிறைவான சித்திரங்களை வரைவோர் அமைதியான ஆரோக்கியமான வாழ்வு கொண்டோர்களாக இருப்பர். இதற்கு மாறாக பல்வேறு உடல், உளத் தாக்கங்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் வேதனையும் விரக்தியும் சார்ந்த முழுமையற்ற சித்திரங்களை வரைய முனைவர். இந்தச் சித்திரங்களைக் கொண்டு இவர்களின் மனநிலைகளை அறிந்து, அதற்கேற்ற வழிப்படுத்தும் முறைகளைக் கையாளுவதன் மூலம் இவர்களைக் குணமாக்கலாம். எனவே தற்காலத்தில் சித்திரமானது ஒரு வியாபார மயமாக மலிந்து போய்விட்டாலும் கூட உளத் தாக்கங்களை ஆற்றுப்படுத்துவதற்கு ஒரு வழிகாட்டியாகவும் உள்ளது என்பது உண்மை.

கருத்துக்குவியல் 74

உடல், உள வடுக்களை
ஏற்படுத்திய யுத்தம்
எமது பண்பாடு
கலாச்சாரத்திலும்
சின்னாடைவுகளை
ஏற்படுத்தியுள்ளது.
ஏற்படுத்தவில்லை

ஏற்படுத்தியுள்ளது

உடல் உள வடுக்களை ஏற்படுத்திய யுத்தம் எமது பண்பாடு கலாச்சாரத்திலும் சின்னாடைவுகளை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

''தமிழன் என்று சொல்லடா தலை நிமிர்ந்து நில்லடா'' என்று சொன்னான் பாட்டுக்கொரு புலவன் பாரதி. தமிழர்களாகப் பிறந்த நாம் எமது கலாச்சாரப் பண்பாடுகளை அறிந்து அதன்படி ஒழுகுதல் எமது கடப்பாடாகும். எமது மூதாதையர் காட்டிய வழியில் நாம் வீறுநடை போட்டு உலக அரங்கிலே தமிழன் தன் கலாச்சாரத்தையோ பண்பாட்டையோ மாற்றாது இன்பத்தமிழில் நனைந்து வாழ்கிறான் என்பதை காட்ட வேண்டும். காட்டுவது நமது கடமையும் உரிமையும் ஆகும்.

அந்நிதே பேசர், ஏனென்று நாம் செல்லுமிடங்களில் எல்லாம் வாழும் நாகரீகத்தைப் பின்பற்றி முகமூடி வாழ்வு வாழவேண்டிய நிலையில் உள்ளோம்.

அன்பு, மரியாதை, கலாச்சாரம் போன்ற நல் விழுமியங்களை வளர்த்து எம்மை அறிவுடையோராக்கிய பாரம்பரிய பண்புகளை விடுத்து பகைமை, அநீதி பெரியோரைக் கனம் பண்ணாமை போன்றவற்றை வளர்த்து எமது கலாச்சாரம் ஓர் ஆயுத கலாச்சாரமாக மாறி வருவது போரின் விளைவால் ஏற்பட்ட சின்னாடைவே.

பெண்கள் தமது நடையுடை பாவனைகளை வெளிநாட்டு மோகக் கொண்டு மாற்றியமைத்து, தம்மியல்புநிலையில் இருந்து பின்னடைந்துள்ளனர். இளைஞர்களின் வெளிநாட்டுப்பயணமும் போரின் மறுதாக்கமே. இதனால் சீதனக்கொடுமையில் ஏலம் போகும் பொருட்களாக பெண் காட்சி தருகிறாளே தவிர அவர்களில் பலர் வாழ்வு அமைப்பதற்கான வழியைக் காணாது விரக்தியோடு வாழ்கின்றனர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கல்வியைக் கற்கும் மாணவரும், கற்பது ஒன்று, வாழ்வது வேறாக ஏட்டுச்சுரைக்காய் போல வாழ்கின்றனர். புத்திஜீவிகள் கற்கும் கூடம் கல்வி ராக்கிங் எனும் பெயரால் உயிரை இழந்த மாணவரும், இழக்கச் செய்த மாணவரும் தமிழின் ஏனைய கொள்கையில் மனம் வேதனை உறுகிறது.

இப்போதைய விளைவால் மரணம் என்பது சாதாரண நிகழ்வாகி விட்டது. ஒருவரது மரணம் உணர்வுரீதியாக யாரையும் பாதிப்பதாக தெரியவில்லை. உயிர் கவலைக்குரியதாக காணப்படுவதாக எமது பாரம் பரியத்தை மாற்றி உள்ளது.

உடலாலும் உள்ளத்தாலும் ஊனமுற்று, நடைப்பிணங்களாக இயங்கும் வாழும் மக்கள் கணக்கிலடங்கா. மனிதர் மரங்களாக கவலையின் பிடியில் கதியில்லாது ஏதிலிகளாக எம் மக்கள் வாழ்வதும் எம் பண்பாடு, கலாசாரம் பற்றி அவர்கள் சிந்தித்துப் பார்க்கவே முடியாததாக்கி விட்டன.

எமது சமூகத்தின் ஒழுக்கவியல் பிரச்சனைகள் மது, சினிமா போன்றவை. அதிகரித்து குற்றச்சமுதாயம் உருவாகி வருகின்றது. உயிரை விட மேன்மையான ஒழுக்கம் பாதிப்படைவது கவலைக்குரியதே.

கல்வி கற்ற சமுதாயம்கூட, தனை வளர்க்கத் தம்மை அர்ப்பணித்தவர்களை பாராமுகம் கொண்டு வஞ்சித்தால் அவர்கள் வாழ்வை சீரழிப்பு பதவிகளையும், பட்டங்களையும் கொடுப்பது கூட உடல் உள வடுக்களையும், சீர்கேடும் கலாச்சார மாற்றத்தையும் தருவதாக உள்ளது.

எனவே யுத்தத்தின் பாதிப்புக்கள் பல விதம். அதில் ஒவ்வொரு சமுதாய உறுப்பினரும் ஏதோ ஒரு வகையில் பாதிக்கப்பட்டு சின்னப்பட்டு அடைந்துள்ளனர்.

இதனால் உடல் உள வடுக்களை ஏற்படுத்திய யுத்தம் எமது பண்பாடு, கலாச்சாரத்திலும் பெரும் சீரழிவைத் தான் ஏற்படுத்தியுள்ளது எனலாம்?

ஏற்படுத்தவில்லை

பல வருட காலமாக ஓயாத அமைப்பாக எம்மத்தியில் இடம் பெற்று வரும் போர் ஆறாத எண்ணிலடங்காத உடல், உள வடுக்களை ஏற்படுத்தியுள்ளபோதும் எமது கலைக் கலாச்சாரப் பண்பாடுகளில் பெரிது அழுத்தமான பின்னடைவை ஏற்படுத்தவில்லை. ஏனெனில் யுத்தத்தால் ஏற்பட்ட உடல், உள வடுக்களின் மத்தியிலும், எம் மக்கள் சுதந்திரம், விடுதலை உணர்வுகள் பற்றி அறிந்துகொள்ள, சிந்திக்க இந்த யுத்தம் வழிசமைத்துள்ளது.

இதனால் விடுதலையை சிறப்பிக்கும் பாரம்பரியக் கலைவடிவங்களை எழுச்சி கூட்டும் பாடல்கள், நாடகங்கள், நடனங்கள் காட்டுக்கூத்துக்கள் என்பன மக்களின் மத்தியில் எதிர்பார்ப்புக்களையும், ஆதரவுடனும் மேடையேறுகின்றன. இதன் மூலம் புதியதொரு கலை கலாசார பண்பாடு அழிந்து கொண்டிருந்த [illegible] மேலும் [illegible] அதிகரித்து [illegible] தமிழ்ப்பண்பாட்டுக் கூறுகள் [illegible] வளர்ந்து வருவதையும் காணக்கூடியதாய் இருக்கின்றது.

எனவே உடல் உள வடுக்களை ஏற்படுத்திய யுத்தமானது எமது பண்பாடு கலாச்சாரத்தில் பாரிய பின்னடைவை ஏற்படுத்தாமல் புதியதொரு அனுபவமுறையினால் வளர்ச்சி அடைந்துள்ளது எனலாம். மேலும் பெற்றோர் பிள்ளைகள் உறவிலும், ஆசிரிய மாணவ உறவிலும், ஆன்மீக வழிகாட்டலிலும், கட்டுக்கோப்பு காத்தலிலும் உள்ள தமிழ்ப்பண்பாட்டு முறையில் பாரிய இடைவெளிகளை ஏற்படுத்தி விடவில்லை. எனவே போர்ச்சூழலானது பல மாற்றங்களை [illegible] ஏற்படுத்திய போதும் [illegible] ஏற்படுத்தி நியதேதுவம் நிரந்தரமான பின்னடைவை ஏற்படுத்திவிடவில்லை.

சுரேஜினி போகர்

மனம் விட்டுப் பேசும்போது
மனச்சுமை குறைகிறது
மற்றவரை மதிக்கும்போது
மகிழ்ச்சியும் இரட்டிப்பாகிறது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கேள்வி ஒன்று பதில்கள் வேறு

ரஜனி மரியா , ஜுலி [illegible]

தமிழர்களாகிய எம்மவர்க்கு இன்னலும், இருபத்தைந்து வாழ்வு எத்துக் கரண ஆலங்களும், பண்டைய வெளிப்படும் காலப்பகுதியினையும் போர் மலிந்த மண்ணில் போரின் தாக்கத்தினால் பல்வேறு பாதிப்புக்களுக்குள் ஆளாகி மனக்கவலையுடன் எண்ணற்ற உள்ளங்கள் பந்தலை, எத்தனை பேர்கள் மறக்கமுடியாத ஆற்றாதுயர நினைவுத் தெருமலைந்து சலித்துவிட்ட மக்கள் எவரோ நாமோ என்று மன நிலையில் தம் அன்றாட வாழ்வை வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர். இவ்வாறான நிலைமையில் போரின் தாக்கத்தால் மன வடுக்களை ஆற்ற முடியாது அல்லலுறும் உறவுகளுக்கு நிம்மதி எங்கே என்று தேடி அலைகின்ற பயணம் எம் கண்முன்னே காணமுடிகிறது.

பல்வேறு நிலையில் உள்ளவர்களை நாம் சந்திக்க முடிந்தது. அவர்களில் பலர் தம் உள்ளார்ந்த உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தினர். சமூகத்தில் எதிர் கொள்ளும் சமூக, பொருளாதார, பண்பாட்டு உளத்தாக்கங்கள், அழுத்த சமூகப் பாதிப்புக்கள், நீடித்த போர்ச் சூழல், அதன் பக்க விளைவால் ஏற்பட்ட நெருக்கடிகள், அழுத்தங்கள், சிக்கல்கள் என்பன எவ்வாறு சமூகத்தில் பூதாகாரமாய் எழுந்துள்ளது என நோக்க முடிகிறது.

இதில் பல்வேறு பிரிவினரை நாம் சந்தித்து அவர்களின் மன உணர்வுகளைக் கேட்டோம். இவர்கள் தம் பிரச்சினைகளை மனம்விட்டு பகிர்ந்தனர். இவர்களில் வன்செயலால் உயிரிழப்பைச் சந்தித்தவர், மனமுடைந்தவர், உடலுறுப்பை இழந்தவர், பெற்றோரை விட்டுப் பிரிந்து தனிமையில் இருப்பவர் என பிரிந்து எம் வினாக்களை வினவினோம். அவர்கள் வழங்கிய பதில்கள் இதோ.

1) கணவனை இழந்த இளம் விதவை.

? உங்களுடைய இழப்பின் தாக்கமும் மன நிலையும் பற்றிக் கூறுவீர்களா?

□ நான் 21 வயதில் காதலித்துத்தான் கலியாணம் முடித்தனான். ஆனா அவர் 1 வருசத்தில் கடலில போய்க்கொண்டு நேவிசுட்டு செத்திட்டார். [illegible] வயதில் விதவையாய் போனேன். இப்ப ஒரு பொம்பிள்ளைப்பிள்ளையோட என்ர அம்மா அப்பாவோடதான் இருக்கிறன். எனக்கு எதிர்காலம் பற்றி ஆசை இருக்கு ஆனா என்ன செய்யிறது. சமூகத்தில் பயப்படுறன். ஊராக்களின்ர எத்தினை கதைகளை பொறுக்கிறன். அவற்ற நினைவோட இந்தக் குழந்தையும் ஆறுதலாய் இருக்கு. ஒரு கொண்டாட்டத்துக்கும் போக விருப்பமில்லை "என்ர வாழ்வில் மட்டும் ஏன் இப்படி நடந்தது." நான் வீட்டுக்காரருக்குப் பாரமா இருக்கிறன். அம்மா அப்பா இல்லாத காலத்தில் என்னை ஆர் பார்ப்பினம்? என்ட கவலை [illegible] மான விரக்தியாய் இருக்கு. ஆனா நேராக கடவுள் ஏன் இப்படி விட்டார்? என நினைக்கிறன் இதுக்குக் காரணம் இந்தச் சண்டைதானே

? அதிலிருந்து இந்த நிலையில் இருந்து விடுபட நீங்கள் என்ன முயற்சிகளை மேற்கொண்டீர்கள்?

□ "நான் வீட்டில் இருக்கிறன், பிள்ளை போட பொழுது போகுது என்டாலும் ஊராக்கள் ஒவ்வொன்டு சொல்ல, மனச்சோர்வு [illegible] ஒரு துணை தேவை என உணர்றன். திரும்ப கலியாணம் செய்யலாம் என யோசிக்கிறன். ஆனா வாறவர் எனது பிள்ளையையும் நல்லா பார்க்க வேணுமே, அதுதான் பயமா இருக்கு. புதிய ஒரு வாழ்வு எனக்கும் ஒரு மாற்றத்தைத் தரும்; [illegible] முயற்சிதான் இப்ப எனக்கு இருக்கு.

2) ஒரு காலை இழந்த 17 வயது மாணவன்.

? உங்களுடைய இழப்பின் தாக்கமும் மனநிலையும் பற்றிக் கூறுவீர்களா?

□ நான் காலை இழந்துவிட்டன் ஷெல்பட்டுத்தான் இந்த நிலை வந்தது எல்லாரும் ஓடி விளையாட, பார்க்க ஆசை [illegible] நெய்ப்பூர் கால்தான் போட்டிருக்கிறன். வீட்டுக்காரரும் அன்பும் ஆதரவும் எனக்கு இருக்கு. அதோட பள்ளிக்கூடத்திலயும் ரீச்சர், மற்ற பிள்ளையள் உதவி செய்யினம் என்டாலும் என்ர சொந்தக் கால் இல்லை என்டு கவலை அவைய எனக்கு. மற்றவை போல ஓடி விளையாட ஆசை என்ர வயது ஆக்களைப் பார்க்க எனக்கு சரியான கவலை வருது. இது எனக்கு பெரிய இழப்பு.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

? தற்போதைய இந்த நிலையிலிருந்து விடுபட நீங்கள் என்ன முறையினை மேற்கொண்டீர்கள் ?

☐ ''அவர் இறக்க ... கேட்டுக்கொண்டிருந்த ... தொடர்ந்தும் படித்து நல்ல ஒரு நிலைக்கு வரவேண்டும். மற்றவர்க்கு பாரமாய் இருக்கக்கூடாது. படிக்கிறதால் என்ர இழப்பை மறந்துவிட முயற்சிக்கிறன்.''

3) வீட்டையும் உடமைகள் அனைத்தையும் இழந்த ஒருவர்.

? உங்களுடைய இழப்பின் தாக்கமும் மன நிலையும் பற்றிக் கூறுவீர்களா ?

☐ பாடுபட்டுக் கட்டின வீடு போச்சு. தேடிவைச்ச பொருட்களும் இல்லை. இப்ப பெரிய பொருளாதாரக் கஷ்டம். இனி எங்களால் புதுசாக் கட்ட ஏலுமா? என்ன செய்யிறது? வீட்டைக் கட்ட, எவ்வளவு காசு வேணும். இருந்த வீட்டில் இருந்தவரைக்கும், வெளியில் போட்டிருக்கிற சரிக்குத் தான் [illegible] எப்பதான் ஒரு முடிவு வருமோ ?

? தற்போதைய இந்த நிலையில் இருந்து விடுபட நீங்கள் என்ன முயற்சியை மேற்கொண்டீர்கள் ?

☐ ''இது எனக்கு மட்டும் இல்லை எல்லாருக்கும் வந்த இழப்பு என்று மனதைத் தேற்றுறன். வேலைக்கு நான் எண்டாலும் [illegible] ஆறுதல் அடைகிறன். தற்போது நாங்கள் முயற்சியும் செய்துகொண்டுதான் இருக்கிறம். [illegible] எண்டாலும் செய்யலாம். அதுக்கும் நிறையக் காசு வேணும்.''

4) இடப் பெயர்வால் பெற்றோர் வன்னியில் இருக்க இங்கு தனியே இருந்து படிக்கும் மாணவன் ஒருவன்.

? உங்களுடைய இழப்பின் தாக்கமும் மனநிலையும் பற்றிக் கூறுவீர்களா ?

☐ ''என்ர வீட்டுக்காரர் வன்னியில். எனக்கு இஞ்ச கம்பஸில் படிக்க அனுமதி கிடைச்சதால் நான் 1 வருஷம் பிந்தித்தான் வந்தனான். முதல் வர விரும்பேல்ல. பிறகு என்ர சினேகிதன்

தான் கூட்டி வந்தவன். சரியான கஷ்டப்பட்டுத்தான் வந்தனான். இங்க வந்து தனிய இருக்கத்தால் வீட்டாரை [illegible] வர, [illegible] இருக்கும். அவைக்கு என்ன நடக்குதோ [illegible] சாப்பிடுகினமோ ? என்று எண்ணம் வரும். இந்தப் போர் எப்ப முடியும் என்ட ஏக்கம்தான் மனதில் இருக்கு. [illegible] கைவிட்டுச் சொல்லுவது எண்டு தெரியாமல், வருத்தமும் வந்தா பார்க்க ஆள் கூட இல்லாத நிலையும் தனிமை உணர்வும் வாட்டும். என்ர நண்பன் இருக்கிறான். எண்டாலும் வீட்டார் எப்ப வருவினம் என்று ஏக்கமும் மனப்பாரமும் என்னை வாட்டுகிறது.

? தற்போதைய இந்த நிலையில் இருந்து விடுபட நீங்கள் என்ன முறையினை மேற்கொள்கின்றீர்கள் ?

☐ இப்ப நான் 3ம் வருடத்தில் படிக்கிறன். நல்லாய் படிக்க வேணும். நல்ல நிலைமையை அடைய வேணும் [illegible] என்ர மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி படிக்க முயற்சிக்கிறன்.

இவ்வாறான உணர்வுகளை இவர்கள் தாங்க நேர்ந்தாலும் வாழ வேண்டும்'' என்ற ஆவல் [illegible] மனதில் [illegible] இவர்களின் வாழ்வு [illegible] நாளும் தொடரலாம்.

வன்னியில் ஒரு வேளைக் கஞ்சிக்கும் வழியில்லாது வரிசையாக [illegible] எத்தனை [illegible] எப்படியிருக்குமோ என்று [illegible] இயற்கையின் சீற்றங்களின் [illegible] முடிகிறது. [illegible] இவர்களின் [illegible] முடியுமா? அல்லது [illegible] என எல்லோரும் சிந்திக்க வேண்டும்.

சொல்லோவியம் -4 விடைகள்

இடமிருந்து வலம்
1. குடம்புள் 4. பல் 5. குருகு 6. [illegible]
7. அக்கறுள் 8. கொரம (பரகலி)

மேலிருந்து கீழ்
1. [illegible] 2. புத்துணர்ச்சி 3. இவ்வலக்
6. தறுதலை 7. அக

பரிசு பெறுபவர்: S. டனிசிஸ்ரன், கோப்பாய்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முன்பள்ளி ஆசிரியருக்கு...

மனித முன்னேற்ற நடுநிலையத்தால் நடாத்தப்படும் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கான உளவளப் பயிற்சிப் பாசறை ஒன்று கடந்த 09.05.98 அன்று மனித முன்னேற்ற நடுநிலைய மண்டபத்தில் பல்கலைக்கழக விரிவுரையாளரான அருட்திரு. டேமியன் தலைமையில் கலையாற்றுக் குழுவினரால் நடாத்தப்பட்டது. இதில் நெடுந்தீவு, எழுவைதீவு, கொழும்புத்துறை, குருநகர், நாவாந்துறை, பண்ணை, பருத்தித்துறை, அலவெட்டி, அச்சுவேலி, கரும்பிராய் போன்ற இடங்களில் இருந்து 30 முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் பங்குபற்றினார்கள்.

அருட்திரு. டேமியன் அன்று உரையாற்றுகையில் 'இன்றைய போர்ச் சூழலின் தாக்கம் சிறுவர்களின் மட்டில் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி வருகிறது. அவர்கள் எதிர்பார்க்கும் அன்பு, அரவணைப்பு, நம்பிக்கை, ஆன்மீக வழிகாட்டல் என்பவற்றைப் பெற்றோருக்கு அடுத்த படியாக முன்பள்ளி ஆசிரியர்களே வழங்க வேண்டிய கடமைப்பாடுடையவர்களாக உள்ளனர். அத்துடன் ஆசிரியரின் ஒவ்வொரு செயல்களிலும் சிறுவர்கள் கற்றுக் கொள்கிறார்கள் என்பதை ஒவ்வொரு ஆரம்பநிலை ஆசிரியர்களும் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். மனித விழுமியங்கள் பொருளற்றுப் போக, மன வடுக்களுடன் மன அமைதியைத் தேட, ஆன்மீக வழிகாட்டல் தற்காலத்தில் மட்டுப்பட வேண்டும் என உளவியலாளர்கள் உணர்த்தி நிற்கிறார்கள். எனவே ஒவ்வொரு சிறுவர்களிடமுள்ள இறை பிரசன்னத்தை அவர்களுக்கு உணர்த்தி, அன்பு, அமைதி, கருணை போன்ற ஆன்மீக நெறிகளை அவர்களின் தூய உள்ளங்களில் விதைத்து அதன் மூலம் நாட்டுக்குத் தேவையான நற்பிரசைகளை உருவாக்க வேண்டியது இன்றைய முக்கிய தேவையாக உள்ளது. ஏனெனில் ஒரு மனிதனை நல்லவனாகவும் கெட்டவனாகவும் உருவாக்குவதில் அவனது ஆரம்பப் பாலர் பருவமே முக்கிய பங்கினை வகிக்கின்றது. மேலும் சிறுவர்கள் தான் என நாம் அலட்சியப் படுத்தும் சில வேளைகளில் அவர்களில் காணப்படும் தீய பழக்கவழக்கங்கள் மேலும் விருத்தி அடைந்து பிற்காலத்தில் 'கொடியவர்கள்' என முத்திரை குத்தப்பட வழி சமைத்து விடும். இந்நிலைக்கு, சிறுவர்களுடன் பொறுப்பாயுள்ள பெரியோர் வழிகாட்டலின் உள்ள தவறுகளே காரணமாகும்'' என்று கூறினார்.

மேலும் உரையாற்றுகையில், "பிள்ளைகளிடம் அன்பைப் பகிர, ஆறுதல் நம்பிக்கையை ஊட்டப் பெற்றோரின் பங்கும் மிக அவசியம் ஏனென்றால் சூழலிலுள்ள பல்வேறு மன அழுத்தங்களால் தம் பிள்ளைகளிடம் நேரத்தைச் செலவிட முடிவதில்லை, நேரமும் இல்லை என்று பல பெற்றோர்கள் சாட்டுச் சொல்வதால், பெரும்பாலான சிறுவர்கள் அன்பைத் தேடி அக்கறைக்கும் ஏங்குகின்றனர். இவர்களின் இத்தகைய குறைகளைப் போக்கும் பொறுப்பும் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கு உண்டு'' எனக் கூறினார்.

இப்பயிற்சியில் கலந்துகொண்ட முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் குழுப் பயிற்சிகளிலும், கலை நிகழ்வுகளிலும் தங்களை ஒரு முன்பள்ளி மாணவராக பாவித்து அன்றைய பயிற்சியில் இணைந்து ஆர்வமுடன் பங்கேற்றனர்.

மாணவத் தலைவர்களுக்கு...

இராமநாதன் கல்லூரி மண்டபத்தில் 13.06.98 அன்று க.பொ.த. (உ/த) வகுப்பில் கற்கும் மாணவத் தலைவர்களுக்கான 'தலைமைத்துவம்' தொடர்பான உளவளப் பயிற்சிப் பாசறை ஒன்று 'நான்' உளவியல் சஞ்சிகையின் அனுசரணையுடன் நடாத்தப்பட்டது. இதில் இராமநாதன் மகளிர் கல்லூரி, தெல்லிப்பளை யூனியன் கல்லூரி, மகாஜனக் கல்லூரி, ஸ்கந்தவரோதயாக் கல்லூரி, உடுவில் மகளிர் கல்லூரி ஆகிய 5 பாடசாலைகளைச் சேர்ந்த மாணவ, மாணவிகள் கலந்து கொண்டனர். இப்பயிற்சிப் பாசறையை அருட்திரு. டேமியன் அடிகளார், டொக்டர் சிவயோகன், திருமதி வேவியர், திரு. மகேந்திரராஜா, திருமதி கிருஸ்ணமூர்த்தி ஆகியோர் நெறிப்படுத்தினார்கள். இந்நிகழ்வில் பங்கேற்ற மாணவர்கள் கலைநிகழ்ச்சிகளிலும், குழுச்செயற்பாடுகளிலும், செயல்முறை விளையாட்டுக்களிலும் மிக ஆர்வமுடன் கலந்துகொண்டனர்.

நாவாந்துறையில்...

வெளிநாட்டில் இருந்து வந்த சிறுவர் உளநலவியலாளரான அனுசா நிக்கப்பொத்து யாழ்நகரில் பல இடங்களிலும் சிறுவர் உளநல விருத்திப் பயிற்சிகளில் பங்குபற்றி ஆய்வுகளையும் நடாத்திச் சென்றார்.

இவரது பயணத்தில் நாவாந்துறையில் நடைபெறும் 'கலையாற்றுச் சிறுவர் உளநல பயிற்சியகத்துக்கும்' சென்று சிறுவர்களுடன் கலந்துரையாடினார்.

நேரடியான உளவளப்பயிற்சிகளில் ஈடுபடும் கலையாற்றுக் குழுவினரை பாராட்டியதுடன் இதுபோன்ற செயல் முறையில் சிறுவர்களின் உளவிருத்தியை மேம்படுத்த வேண்டியதுடன் சிறுவர்களுக்கு மேலும்

துரையாடியதில் அவர்கள் கூறிய கருத்துக்கள் மூலமே தீர்வுகளை கண்டு கொள்ள உதவியது என்றும் சிறுவர்களை தேடிச்சென்று செய்யும்பணிகள் நல்ல பலனை தரும் எனவும் கூறினார்.

பெற்றோருக்கான உளவளப் பயிற்சி

சுகவாழ்வுக் குழுவினரின், பெற்றோருக்கான உளவளர்ச்சிக் கருத்தரங்கு இம்மாதம் அளவெட்டி, அச்சுவேலி, ஊர்காவற்றுறை, எழுவைதீவு பகுதிகளில் சனிக்கிழமைகளில் நடைபெறவுள்ளது.

சிறுவர் உரிமை பற்றிய பயிலரங்கு

சிறுவர் பாதுகாப்பு நிதியத்தினரால் (ஐ. நா) சிறுவர்களின் உரிமை பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் முகமாக யாழ் மாவட்டத்தில் உள்ள சகல மட்டங்களிலும் சிறுவர் பாதுகாப்பு குழுவினை உருவாக்கி பங்குபற்றவிருக்கும் பயிற்சியாளர்களுக்கான பயிற்சிக் கருத்தரங்குகளை மேற்கொண்டு வருகிறார்கள். சிறுவர்களின் உரிமை, அவர்களின் வளர்ச்சிககு தடையான காரணிகள், அவர்களின்எதிர்கால வளங்களை மேம்படுத்தல் சமுகப்பணியாளர்களின் ஒத்துழைப்புடன் நகர, கிராம மட்டத்தில் ஒருங்கிணைப்பு பயிற்சிகளை தொடராக நடாத்த ஒழுங்கு மேற்கொண்டு வருகிறார்கள்.

"நான்" எழுத்தாளர் பயிற்சிப் பட்டறை.

புதிய எழுத்தாளரை வழிப்படுத்தும் எழுத்துப் பயிற்சிப் பட்டறை. ஒன்றை "நான்" பயிற்சிக்குழுவினர் நடாத்த விருப்பதால் இப் பயிற்சியில் பங்குகொள்ள விரும்புவோர் தங்கள் விபரங்களுடன் எழுத்துலகில் உள்ள ஆர்வங்களை விபரமாக எழுதி விண்ணப்பங்களை எதிர்வரும் 30-07-98க்கு முன் அனுப்பிவையுங்கள்.

பயிற்சிக்கான திகதியும் இடமும் விண்ணப்பதாரருக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

ஓர் உள்ளத்தின் குமுறல்

முன்பெல்லாம் நான் அழுவதில்லை
அழுதால் அது பெறுமதியாக இருக்கும்
என்று நான் 'மனநோயாளி' எனப் பச்சை குத்தப்பட்டேனோ
அன்று என் கண்ணீர் பெறுமதியற்றுப் போனது.
கண்ணீர் வெறும் தண்ணீரானது.

முன்பெல்லாம் என் பேச்சுக்கள் பெறுமதியுடன் இருக்கும்
என் பேச்சு கேட்கப்பட்டது; சிந்திக்கப்பட்டது.
என்று நான் 'மருந்து பாவிப்பவன்' என்ற பெயர் சூட்டப்பட்டேனோ
அன்று என் பேச்சு பெறுமதியற்றுப் போனது
என் பேச்சு கேட்கப்பட வேண்டுமென்பதற்காகச்
சிலரால் செவிமடுக்கப்பட்டது

"இந்நோயுடைய நபர் இவற்றைக் கூறுவார்" என நோயறிய
என் பேச்சுக்கள் சிலருக்கு உதவின.
என் ஏக்கங்கள் வெறும் தேக்கங்களாகின
'ஏதோ வாழக்கூடிய வகையில் மாற்றினால் சரி -' இது சிலர்எண்ணம்
'இல்லை பணப்பெறுமதி உடையவனாக மாறினால் சரி' – இது
வேறு சிலர் எண்ணம்
"இவை வாழ்வு நியமங்கள் - இதிலிருந்து விலகியோர் பிறள்வு
நடத்தை"
படிக்கும் வரிகள் என்மேல் சுமத்தப்படுகின்றன
"நீங்கள் தான் முன்னேற வேண்டும். எல்லாம் உங்களிடம்"
பெரியவர்களே! உங்களிடம் ஒரு ஆறுதலுக்கான வழி கிடைக்கும்
என்று தானே தேடிவந்தேன்
அன்று நான் பலமாக இருந்தேன் - என்னை எதிர்த்தீர்கள்
இன்று நான் பலவீனமாக இருக்கிறேன் - ஆதலால்
இன்றும் வெறுக்கிறீர்கள். ஏன் என்று விளங்கவில்லை?
எனக்கு உயிரைப் பகிர்ந்து ஊனம் தந்தீர்கள்
உடலில் சுமந்தீர்கள்
என்பதற்காக இன்றும் உங்கள் உதவியை நாடுகிறேன்.

— லைறா

பாடசாலை அதிபர்களுக்கு...

மாணவத் தலைவர்களுக்கான தலைமைத்துவ கருத்தரங்கு உங்கள் பாடசாலையில் நடாத்த வேண்டுமானால் எமக்கு விண்ணப்பியுங்கள்.

ஆ-ர்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

With the Best Compliments from

PATRICIAN INSTITUTE OF HIGHER STUDIES

for all Employment Oriented Courses

- Computer
- City and Guilds of London Exam Courses
- Book -Keeping and Accounts.
- Civil Draughtsmanship
- English classes
- Short Hand & Typing (English)
- Short Hand & Typing (Tamil)
- General Motor Mechanism
- Electrical Wiring
- General Electrician
- Motor Re-Winding
- Lathe Machine Operation
- Arc Welding
- Carpentry
- Free English Classes·

PATRICIAN INDUSTRIAL INSTITUTE

FOR

(PRODUCTION AND REPAIRING ON ORDER......... !)

★ Grills ★ Gate ★ Iron chairs, Beds and Wooden Furniture ★ Welding Works, Repair work, (planks sawing, plaining and sizing) ★ Water pumps, Electrical equipment and Engine (Petrol & Diesel) Repairing.

FOR FURTHER DETAILS CONTACT

PATRICIAN INSTITUTES

59. St. Patrick's Road, Jaffna.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org